మానవ జీవితము

ద్వితీయ సంపుటము

B

మానవ జీవితము

ద్వితీయ సంపుటము

చదువనివాఁ డజ్ఞుం డగుఁ
జదివిన సదసద్వివేక • చతురత గలుగున్
జదువఁగ వలయును జనులకుఁ
జదివిన శీలంబు మిగులఁ • జక్కఁగ నబ్బున్.

గ్రంథకర్త:
బౌద్ధవాఙ్మయబ్రహ్మ
దుగ్గిరాల బలరామ కృష్ణయ్యగారు

ప్రచురణకాలము 1963.

ముద్రణ :
వేంకట్రామ్ ప్రింటింగ్ ప్రెస్,
నారాయణగూడ-హైదరాబాదు.

తొలిపలుకు

ఈ గ్రంథరాజమును రచించిన శ్రీ దుగ్గిరాల బలరామకృష్ణయ్యగారు — ఆధునికాంధ్రవాఙ్మయములో గొప్పస్థానము నిదివఱలోనే యధిష్ఠించియున్నారు. బుద్ధభగవానుని దివ్య చరిత్రమును, తత్త్వములను విపులవ్యాఖ్యానసమేతముగ రచియించి "బౌద్ధవాఙ్మయబ్రహ్మ" అను నఖండమయిన బిరుదమును బడసి మనభాషకు నూతనవికాసమును గొన్ని సంవత్సరములక్రిందనే సేకూర్చియున్నారు. వయసున జిన్నవారు. వాక్పటిమయందును, పాండిత్యమునందును దొడ్డవారు తొలుత నీతిప్రధానమయిన బౌద్ధమతమును వివరించి, తదుపరి సర్వజనసామాన్యమయిన నీతిశాస్త్రమును విస్తరించుట వారి భావముయొక్క సహజపరిణామము.

ఈ క్రొత్తపుస్తకమునకుఁ బేరు మానవజీవితము. ఇందుఁ బ్రతిమనుష్యుఁడును అన్నిదశలయందును, అన్నియవస్థలయందును, అన్ని పరిస్థితులయందును, ఎట్టి నడవడి నాశ్రయింపవలయునో యా ధర్మసూత్రము లన్నియు నిదర్శనపూర్వకముగ నివేదింపఁబడియున్నవి. దీనిలో లేని నీతులు లేవు. ఉండవలసిన నీతులన్నియు నున్నవి. ఒక్కొక్కనీతిని గూర్చియుఁ బ్రాక్పాశ్చాత్యప్రమాణపురుషులు చేసిన బోధనలును, ప్రపంచచారిత్రమునఁ జుక్కలవలె వెలుఁగుచుండు పాత్రల జీవితమునుండి ప్రసరించు కిరణములయొక్క వెలుతురువలన వ్యక్తమయ్యెడు నంశములును జేర్చి

చదువువారికి సులభ గ్రాహ్యమగునటు లీ మహాశాస్త్ర మును సర్వాంకషముగ రచించి, భారతీయుల పురోభివృద్ధి కమోఘమయిన దోహదమును గల్పించి మనయొక్క యామోదమునకును, కృతజ్ఞతకును శ్రీ బలరామకృష్ణయ్య గారు సర్వవిధములఁ బాత్రులయి యున్నారని పలుకుటలో నతిశయోక్తి యేమాత్రమును లేదు. ఒక్క సులభగ్రాహ్య మగుటయకాదు. ఉత్సాహజనకముగను వెలయుచున్నది. శీల మును బోషించి, పెంపొందించు గ్రంథములలో దీనికి సమాన మయినది నాకుఁ దెలిసినమట్టున కేభాషయందును లేదు. ఆంగ్లేయములో దీనికి మాతృకలును, మార్గదర్శకములును నగు పుస్తకములున్నవి గాని, వానియం దింతటి విషయ సమగ్రతయు, విస్తీర్ణమును బొడకట్టవు. తెనుఁగులో నీరీతిని రచింపఁబడిన కబ్బములు సర్వవిధముల స్వల్పములు. కావఁబట్టి యీగ్రంథము నూతనసృష్టి. ఇంగ్లీషు, తెనుఁగు, సంస్కృతము మొదలగు భాషాప్రపంచముల విశేషశ్రమ కోర్చి, వివేకముతోఁ బరిశీలించి, అందుఁ దడవఁబడని విషయముల ననేకముల సమకూర్చి, ఈ సంపూర్ణనీతికోశమును మన గ్రంథకర్తగారు విరచించియున్నారు. ఇది నిజముగా విశ్వనీతి. నీతిసర్వస్వము.

నీతిశాస్త్రమును వెల్లడించు పద్ధతులు రెండు. ఉప దేశమని, నిర్దేశమని. ఉపదేశ మనఁగా నీ యీరీతుల నడ చుకొన వలయునని బోధనఁ జేయుట. అనఁగా ధర్మసూత్ర ముల ప్రయోగము దీనియందుఁ బ్రధానము. ఈ సూత్రము లే తత్త్వములపై నాధారపడియున్నవి? అని విచారణలు నలిపి, ఆ మూలాధారతత్త్వములయొక్క స్వరూపమును నిర్ణ

యించుట రెండవపద్ధతి. ఎందునకయి యీధర్మమును జేయవలయును? అని ప్రశ్నించితిమేని మొత్తముమీఁదఁ జిట్టచివరను రెండు కారణముల నిరూపింతురు. ఇది సరి, ఇది క్రమము కాఁబట్టి కర్తవ్యము. లేదా దీనిచేనీ ప్రయోజనమో, పరమార్థమో సిద్ధికి రాఁగలదు. కాఁబట్టి కర్తవ్యము. కర్తవ్యములకు మూలకారణము లివి.

అగుఁగాక. ఈమూలకారణములు భిన్నములా, లేక యవియునొండొంటితోఁదుట్టతుదను సమన్వయించి, అద్వైత భావమునుదాల్చినవియా? ప్రయోజనములేని సత్క్రమము న్నదా? అతిక్రమణమునకు భాజనమయిన పరమార్థమున్న దా? ఫలము లేని వృక్షమా శీలము? శీలమునకువశముకానిదా ఫలము? నిష్కామవ్యవహారము సాధ్యమా? ఉచితమా? వంధ్యశీలమా విధి? నిష్కర్మము ధర్మమా? నిష్కర్మము కర్మముకాదా? నిష్కర్మత ననుష్ఠించుఁడని యాదేశించెదరు గదాకొందఱు జ్ఞానవాదులు. అనుష్ఠానమునకలవడునది క్రియ. కర్మము కానేరకపోవు టెట్లు? ఈనిష్కర్మత-ఆభాసభావ మానాకాదా? మఱియు దానిచే నేఫలము కలుగకపోనేర్చు నా? "నిష్కర్మత మోక్షావహము" అని చెప్పఁబడి యున్నది. ఇంకొక వస్తువునో, స్థితినో యావహింపఁ జేయునది కార్యము కాకుండు టెట్లు? లేదు నిష్కర్మతయ మోక్షము. ఈరెండుస్థితులు నభేదములని వాదింతురా? కర్తనిరోధము నిష్కర్మము. ఈనిరోధము ప్రయత్నములేక సంభవించునా? సామాన్యముగాఁ జేయు ప్రయత్నమునకంటె నెక్కువ వలయుఁగదా యీసిద్ధికి? ప్రయత్నము కర్మము కాదా? చేయుట కర్మయయినచోఁ జేయకుండుట కర్మ కాకపోవునా?

నిష్కర్మత కర్తవ్యమవునా కాదా? కర్తవ్యము కార్యముగఁ బరిణమించుటయు, ఫలప్రదానబీజ మగుటయు స్వాభావికములు.

మఱియుఁ బురుషార్థ మనునది వ్యక్తికిఁ జెందిన యర్థమా లేక సంఘమునకుఁ జెందినదా? వ్యక్తికి సంఘమునకు నుండు సంబంధ మెయ్యది? సంఘము పోయిన వ్యక్తి నిలువఁడు. వ్యక్తి పోయిన సంఘము నిలువవచ్చును. ఒక్క పటాలము ధైర్యముతో యుద్ధముచేసి నిర్మూలమయినను సైన్యము విజయవంతము కావచ్చును. సైన్య మోడిపోయినయెడల బటాలముల కేమి భద్రము? మఱి పటాలములన్నియు నశించిన యెడల సైన్య మెక్కడిది?

వ్యక్తు లన నెవరు? ఇప్పుడు సజీవులయి యుండువారు మాత్రమేనా? ఇఁకముందు పుట్టఁబోవునట్టి యనంతసంతతి పరంపరయా?

సంఘ మన నేమి? కులమా? గోత్రమా? రాష్ట్రమా? యావన్మానవమండలమా? మతమా? కేవల మనుష్య ప్రపంచమా? వీనిలోని యంతరువు లెట్టివి? ప్రధానత్వమును బట్టి నిరూపించితిమేని, ఏది ఎక్కువ, ఏది తక్కువ, ఎయ్యది పరమార్థము? ఎయ్యది యుపకరణ ప్రాయము? ఏది చెట్టు, ఏది తీఁగ.

పరమార్థ మంటిమి. అది యెయ్యది? దానితో నేరీతి వ్యక్తిసాంఘికాదిధర్మము లన్వయముఁ జెందియున్నవి?

జీవిత మనునది కొయ్యబొమ్మ కాదు. పరిణామమునకుఁ బాత్రమయినది. పెఱుగును, తఱుగును, విఱుగును. స్థిరత్వ మనునది జీవకళయందుఁ బొసఁగనిమాట. శాశ్వతత్వ ముండ వచ్చునుగాని స్థిరత్వముండఁజాలదు. పెఱుగుటయో, తఱుగుటయో రెంట నొకటి సిద్ధము. నిరంజనత సమకూడినఁ గూడవచ్చును. నిర్వికారత నేరదు.

అట్లగుట నేభావములనయినఁ గేవలము దుష్టములని గాని, పూతములని గాని నుడువ సాధ్యమా? మనవారు కామ క్రోధ లోభ మద మాత్సర్యాదులు చెడ్డవి యని యందురు. ఈషణత్రయములు పనికిరావట. పెండ్లిమాత్రము ముఖ్యము! రాగద్వేషాదులు వర్జనీయములు. దేశభక్తి పరమపూజ్యము! వాంఛలు తగవు. భూరిదానము లెంత చేసిన తీఱదు! ఇట్టి పరస్పరాభాసధర్మముల కవివేకము తావలము. ఈ భావములు, గుణములు పశుపక్షికోటులంగో లేవా? జీవరాసులకెల్ల సామాన్యమయిన గుణసముదాయమును ఖండించుట సృష్టినో, సృష్టికర్తనో భంజించుట కాక పోవునా? భంజించువారు భజించువారా? ఏ పరమార్థముల పరముగ గణించి వీనిని నిరసించిరి? ఏ తులలో వీనిని దూఁచిరి? వీనికి విశ్వజీవితములో నేర్పడవలసిన స్థానప్రాముఖ్యత లెయ్యవి? సర్వవ్యాప్తములు సత్వములు గాక పోవునా? అట్లయినచో సత్వ రజస్తమము లను వర్గీకరణము సమంజసమా? ఎంతమాత్రము సమంజసము? ఎంతమాత్రము కాదు?

ఇంతకంటె నెక్కువగ నీమూలతత్వములను గుఱించి వ్రాయుట యిక్కడ నధికప్రసంగము, మొత్తముమీఁదఁ

జెప్పవలసినమాట యేమనఁగా భావములు, గుణములు, నీతి సూత్రములు మొదలగు బోధనసామగ్రులను జర్చించునప్పుడు జీవకోటియు, మనుష్యులలో వ్యక్తులయు, మఱి నానావిధము లయిన సంఘములయు - పరిణామములయు, అపరిణామముల యందీ గుణగణములచే నెఱవేర్పఁబడిన వ్యాపారములయు, సాధింపఁబడిన సిద్ధులయు విచారణలు చేసినఁగాని వాని యానుకూల్యతను, ప్రాశస్త్యమును నిర్ణయింపనేరము. ఇంతే గాదు. మనశ్శాస్త్రపరిశోధనలును లెక్కకుఁ దెచ్చుకొనవలయును. వానిని వదలిపెట్టి వ్రాసినచో సత్యము తేలదు. ప్రయోజనము చెడును.

ఉపదేశము ప్రయోగము. కాలదేశవర్తమానముల ననుసరించి మాఱునది. మాఱవలయునది. పరమార్థము లనుబట్టి నిర్ణయమునకు వచ్చునది.

శ్రీ బలరామకృష్ణయ్యగారి యఖండరచనలో నీమూలాధారతత్వశాస్త్రమునకుఁ జేరిన యంశములు వెదఁజల్లఁబడి యున్నవి. ఇది యెంతయుఁ బ్రశంసనీయము. వారియొక్క యుద్దేశ్యము తత్వనిర్దేశ్యము గాదు. మఱి శిక్ష. శీలమునకుఁ గావలసిన శిక్షల నన్నింటి నేకొదువయు లేనిరీతిని గ్రంథకర్త గారు శాసించియున్నారు.

పుట్టువు మొదలు గిట్టుట పర్యంతము, తమకొఱకును, సంఘముకొఱకును, ఐహికాముష్మికార్థ సంపాదనకయు స్త్రీపురుషు లవలంబింపవలసిన నీతులన్నియు నీగ్రంథములో "నిఖిలవ్యాఖ్యానవైఖరీ సమేతము"గా వివరింపఁబడియున్నవి. ఈ గ్రంథమును జదివి యానందించుటలో విరమించుట బుద్ధి

లేని పని. అనుష్ఠించుట కర్తవ్యమును, శ్రేయోదాయక మును.

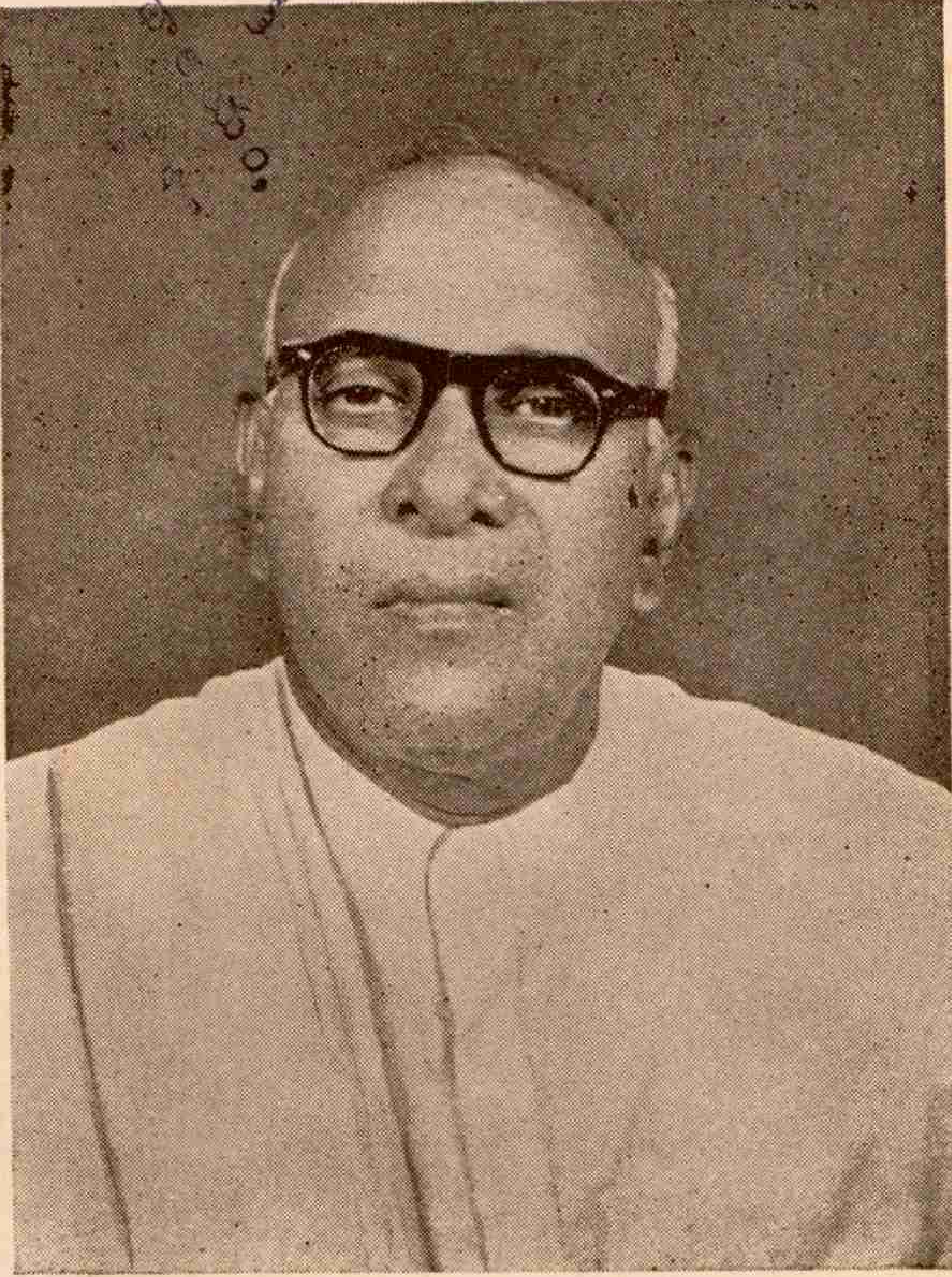
శ్రీ బలరామ కృష్ణయ్యగారిలోని ప్రజలవిశేష మింకొండు కలదు. అది యేదనఁగాఁ బ్రసంగమునకుఁ దీటగు ప్రవర్తన. ఊరక నీతుల వాగొనుటతో విరమించు బొల్లుమా టలమాత్రపు వాఁడు గాఁడు. మఱి సూత్రముల కుదాహర ణముల నిజజీవితమునుండియు చూపఁగలయట్టి మహా నీయుఁడు. తా ముపదేశించు పద్ధతులకు విరుద్ధముగ నడచు కొను కపటులు దౌర్బల్యమునకు, క్షయమునకుఁ బాల్పడిన మనజాతిలో మితిమీఱియున్నారు. మాటల నాడంబర ముగఁ బలికి యేచేతలు చేయక మిన్నకుండు నిష్ప్రయోజ కులసంఖ్య యంతకంటెఁ దక్కువకాదు. సత్యము సత్తువతో సమ్మేళించిన సుగుణము. సత్యముకొలఁది శక్తియు, శక్తికొలఁది సత్యమును బ్రవర్ధమానము లగును. శక్తియన సంఘశక్తి. అదియ ప్రధానము. కోటిబృహన్నలయందు దేశములో నొక్క భీమసేనుఁడు సాధింపఁగల పరాక్రమ మేదియు నుండదు—ప్రాణత్యాగము చేయుట తప్ప. ఇది యేరీతి బహిస్స్థితిగతులును, అంతర్గుణములును బరస్పరాశ్రయ ములు. బలరామకృష్ణయ్యగారు గాంధియుగమున జన్మిం చిన పుణ్యఫలము ననుభవమునకుఁ దెచ్చికొన్న యువకులలో నొకరు. ఇట్టి వీరి మాటలు చెవులలోఁ జొచ్చుటయకాక హృదయములయందును నాటి వికసించునని నమ్మకము.

పద్మప్రభాస,
చిత్తూరు,
15—4—30.

కట్టమంచి రామలింగారెడ్డి.

vii

VUJ A



గ్రంథకర్త :

బౌద్ధవాఙ్మయబ్రహ్మ

శ్రీ దుగ్గిరాల బలరామకృష్ణయ్య



కీ. శే. సర్ కట్టమంచి రామలింగారెడ్డి

PREFACE

It is with great pleasure that I write this friendly note introducing to the Andhra Public the large work "MANAVAJIVITAM" by Sjt. Duggirala Balarama Kristnayya Garu of Angaluru. He is already well-known in the Telugu Country as the Author of Buddha Puranam and other works, as a sincere and devoted seeker of truth possessing, an unbounded enthusiasm for our great ideals. In this book he deals with the fundamental principles of our culture and insists with great force and eloquence on the need for applying them in daily life and practice. Without a general outlook on life, a dominating philosophy, our life will be uncertain of purpose and distracted in aim.

వ్యవసాయాత్మికా బుద్ధి రేకేహ కురునందన
బహుశాఖా హ్యనంతాశ్చ బుద్ధయో వ్యవసాయినాం.

—భగవద్గీత.

If your life is not to be episodic but have a unity it must be controlled by a steady and stable purpose. Our author knows the conditions of our country, the strong as well as the weak points. He has adopted a style, which, though slightly elaborate, is immensely fascinating. His wide reading and large experience of life come out on every page. In short, the spirit, the method and the matter of this great book are alike remarkable, while every age may be regarded as transitional the present is more transitional than any other. New currents of life and thought are sweeping over us and the unrest is not confined to the economic and political regions The western influence is real and far-reaching and has

begun to modify the very structure of our sociaı organization in a suitable way. India to-day is in one of those momentous occasions in the passage of time which historians call 'turning points.' Many of us are uncertain about what we should do and what we should not. There is confusion of thought on every side.

Many of the politically-minded of our country are disgusted with our culture and institutions. They are convinced that orthodox fundamentalism which is still the creed and conviction of the majority of the people has cost us a lot in struggle and suffering, in stunted and deformed spiritual growth. A culture which has exposed the country to the invader and the spoiler has little to justify it. From a thousand platforms we are told that there is no hope for us unless we transform ourselves body, mind and soul.

Some of us including the author of this work are doubtful whether the part of wisdom lies that way. We all believe that Swaraj is the natural and legitimate birth-right of every people. But political freedom is not an end in itself. It is only a means for self-expression and self-development. Only nations that possess individuality as for freedom to express themselves. But if in our anxiety to secure the means of political freedom we surrender the end of our individuality, if we will our souls and lose our typical cultural genius what is political freedom worth? How does it matter even if we gain the whole world when once we lose our souls?

Again, it is quite true that political freedom is an urgent necessity. Our external organization social and economic has broken down. Our misfortunes are staring us in the face. Our bodies are broken, and if we are told that our souls are sick and require drastic remodelling

what have we to live for? Nations which are in distress have a future only if they have faith in themselves faith in their culture, faith in the redeeming power of the great ideas for which the nation has stood for millenniums. If we are poor, we can recover our possessions and become rich tomorrow, if not to-day; but if we are dead, no power on earth or heaven can help us. The sick can be cured but the dead cannot be raised.

Besides, in our mood of defeatism, we seem to assess the sucess and failure of civilization by many tests. Those who build sky-scrapers and fly in the air are not necessarily superior to those who lead more prosaic lives. The aim of life is not mere comfort and convenience. I am sure that we will not be happy if we reduce the world to a night club where all men are well fed and all houses are palatial, where all heads are hard and all pillows soft.

One of the tests of a successful civilization is its length of conscious continuity. The Jews look back on three thousand years obnational existence focussed on an idea. The English look to a thousand years and the Americans to three hundred but the historic conciousness of the Hindus extends at the lowest estimate over four millenniums. A culture which could not only survive successive waves of conquest but actually conquer many of the conquerors is a power to be reckoned with. A great tradition is not to be lightly set aside. It requires many centuries of life to produce a little history and it requires many centuries of history to produce a little tradition and it is therefore very necessary that we should not do anything to undermine the strength of the Hindu tradition.

It does not follow that the only desirable attitude is one of conservatism. If radicalism is born of despair, conser-

vatism shows exhaustion of spirit. If we blindly perpetuate the old laws and taboo the old prescriptions and prohibitions, it is no good we want the spirit of life which while rooted in the past faces the future with faith. We should not confine our attention to the troubled surface waters for it is the silent stream that counts. the stream that runs by its own impetus, with its own velocity and in its own direction. What Bacon said of weighty things in general that they sink in the stream of time, while straws and feathers are borne safely on its surface is true of cultures as well. While we should not be blind to the failings of our culture, we should not lose our grip on the springs of strength and vitality. It is this constructive conservatism of the author that appeals to me most. While he recognises thai life is not mere repetition but renewal, he insists that it must be inspired by the spirit of the past. I hope that the enthusiasm of the author for the faith of the past and the vision of the future will spread to his readers as well.

CALCUTTA,
26th August '29. } (Sd.) S. RADHA KRISHNAN.

B



ఉపోద్ఘాతము

అంగలూరు వాస్తవ్యులును, బుద్ధపురాణాది సద్గ్రంథ రచయితలును, ధర్మజిజ్ఞాసనిష్ఠాప్రతిష్ఠులును, సదాదర్శవివేక నిరతులును, విఖ్యాతాంధ్రగ్రంథకర్తలును నగు శ్రీయుత దుగ్గిరాల బలరామ కృష్ణయ్యగారు నవీనముగ రచించిన “మానవజీవితము”ను ఆంధ్రలోకమునకు సమర్పించు నవసరమున నీక్రింది యాప్తవచనములను నిండు మనంబుతో నాందీ ప్రస్తావనముగ నమర్చుచున్నాను.

ఈ గ్రంథమున భారతీయుల ప్రాచీన సనాతన సద్ధర్మములను, సభ్యతాతత్త్వములను గైకొని నిత్యవ్యవహారములో వాని నవలంబించెడి పద్ధతులు విస్తరింపబడినవి. పురుషార్థ మెద్దియో నెఱుంగక, ధర్మవిశ్వాసములేక, పారమార్థిక లక్ష్యముల జాడ నెఱుంగక నడచెడి జీవితము పరిపరివిధంబుల వ్యభిచరించి సిద్ధిదూరమయి నష్టమగును.

వ్యవసాయాత్మికా బుద్ధి రేకేహ కురునందన
బహుశాఖా హ్యనంతాశ్చ బుద్ధయో వ్యవసాయినాం.

—భగవద్గీత

“ఓ అర్జునుఁడా! శ్రవణమననాదులచేతను, సాధన చతుష్టయముచేతను లెస్సగ సంస్కరింపఁబడిన మానవుల మనోవృత్తియు, వారి నిత్యవ్యవహారములును ఒకేవిధముగ, ఒకేలక్ష్యము ననుసరించి అందముగ నడచుచుండును. ఈ

విధమైన సంస్కార శిక్షాలక్ష్యముల దారెఱుంగని బుద్ధులు అనేకరీతుల పలవరించుచుండును.”

మన జీవితమం దెద్దియో ఒక సత్సంకల్పము, ఒక నియమము ఉండినగాని అది కుదురుగను, ఏకముఖముగను ప్రవర్తింపనేరదు. మన గ్రంథకర్త మన దేశపు మంచిచెడ్డలను, పరిస్థితులను పరిశీలించియున్నారు. వీనిని చిత్రించుట కుపయోగించిన శైలి కొన్నితావుల జటిలమయ్యును హృదయంగమమయి యలరారుచున్నది. వీరి పాండితియు, లోకానుభవమును ప్రతిపుటను దేదరిల్లుచున్నవి. వాస్తవమున నీగ్రంథమందలి విషయము, లక్ష్యము, పద్ధతి, శైలి ఒకదాని కొకటి వన్నెవెట్టుచు ప్రశంసార్హములుగ నున్నవి.

మానవచరిత్రలో నే యుగమయినను, ఏ ధర్మపద్ధతు లయినను రాగల కాలమునకు దారిజూపెడి తాత్కాలిక నిదర్శనములే కాని శాశ్వతముగ నుండునవి కావు. ప్రస్తుతకాలము, ఇదివఱకు భారతచరిత్రలో గడచిన యుగము లన్నింటికంటె చంచలమయి, అస్థిరమయి యున్నది. నవ్యభావతరంగములు అనంతముగ మహోద్వేగమున మనల దాకుచున్నవి. ముంచుచున్నవి. అంతట క్రమ్మివైచుచున్నవి. మన యార్థిక రాజకీయలక్ష్యము లెంత శీఘ్రముగ మార్పొంద బాహ్య ప్రచారములో గలవరపడుచున్నవో, అంతటి యాందోళనము మనహృదయాంతరంగమున నాధ్యాత్మిక జీవితాదర్శముల గూర్చి జరుగుచున్నది. ప్రతిరోధము, ప్రయత్నము రెండింటను సమముగనే జరుగుచున్నది. పాశ్చాత్యభావసంపర్కము మన సాంఘికధర్మములను, వ్యవస్థలను జల్లగ, బలవత్తర

ముగ మార్చుచున్నది. ఇందువలన గలుగనోపెడి ఫలితార్థము చాల విపులముయి యున్నది. భారతీయులు ఈనాడు పౌరాణికులు యుగసంధు లని చెప్పెడి విషమావస్థయందు ధర్మసమ్మోహ చేతనులయి యల్లాడుచున్నారు. ఎటు నడువను స్థిరపఱుప వీలులేకున్నది. ఏమిచేయవలయునో, ఏమి చేయగూడదో తెలియకున్నది. కాని సర్వత్ర భావపరిశీలనము భావసంగ్రహము జరుగుచున్నవి.

భారతదేశమునకు రాజకీయ స్వాతంత్ర్యమును, ఆర్థిక ప్రాబల్యమును జేకూర్ప యత్నించెడి దేశసేవాధురంధరులు ఈ దేశమున జిరకాలమునుండి పాదు దగిలి నిలిచియున్న నమ్మకలపై దాడివెడలుచున్నారు. ఈప్రాచీనధర్మముల వల్లనే హిందూసంఘము భిన్నప్రవృత్తికలదయి బయటివేడుల జొరనిచ్చి దేశస్వాతంత్ర్యమును గోలుపోయిన దని వీరివాదము. స్వాతంత్ర్యములేని దేశము నిలువనేరదుగాన తల్లాభమునకు దగిన నవ్యధర్మముల నవలంబింపవలయు నని వీ రనేక సభాపీఠములనుండి ఘోషిలుచున్నారు. కాని దేశ స్వాతంత్ర్య మొకటియే పరమార్థము కానేరదు. మనవ్యక్తిత్వమును సంపూర్ణముగ వెలువరించుటకును, మనశక్తులను సర్వతోముఖముగను, యథేష్టముగను విస్తరింపజేసికొనుటకును స్వాతంత్ర్య మవసరమయి యున్నదిగాని కొన్నిరాజకీయసభలను, బంగారుమేడలను నిర్మించుకొనుటకు గాదు. వ్యక్తిప్రభావముగల జాతులే స్వాతంత్ర్యము నన్వేషించుచున్నవి. ఇదియు తమవ్యక్తిత్వప్రాచుర్యార్థమే. కాని స్వాతంత్ర్యసంపాదనమునకై మనచిరాభ్యస్త స్వధర్మములను విడనాడవలసివచ్చినచో, మన విజ్ఞానశాస్త్రరూపములను

మార్పించవలసివచ్చినచో, మననామరూపములనే బుగ్గిలో గలుపవలసినచో మన కీ స్వాతంత్ర్యమేల? స్వరాజ్యమేల? మన ఆత్మలే, మనపరమావధులే ప్రనష్టములగు నెడల మనకు త్రైలోక్యసామ్రాజ్య ముండిననేమి? లేకుండిననేమి?

కాని మనకు దేశస్వాతంత్ర్య మత్యవసరమని మన్నింపక తీఱదు. మన సాంఘికవ్యవస్థలన్నియు సంధులు విరిగి విచ్ఛిన్నములైనవి. గుణకర్మవిభాగమున నేర్పఱుపబడిన సాంఘిక మర్యాద లడఁగంటినవి. ఎటుజూచినను దారిద్ర్యము, కష్టపరంపరలు మనల నెదుర్కొని నిరుత్సాహుల గావించుచున్నవి. శల్యప్రాయమయి, అస్థిమాత్రావశేషముగ మన జాతి జీవచ్ఛవమయి యున్నది. బాహ్యవ్యవహారములందే కాదు, మన శైథిల్య దౌర్బల్యములు! మన హృదయాంతరాళములు గూడ నపవిత్రములయి ఆత్మహీనములయి యడుగంటుచున్నవి. కూలంకషముగ, నిర్మోహమోటముగ వీని సంస్కరించెడి యుపాయము లరయవలసియున్నది. పతితులయిన వ్యక్తులుగాని, జాతులుగాని మేల్కొని, తెప్పరిలి క్రమ్మఱ పూర్వోన్నత్యమును బొందవలెనన్న వానికి యాత్మవిశ్వాసము ప్రధానధర్మముగ నేర్పడవలయును. తమ భావములందును, సభ్యతలందును గౌరవాదరములు గలిగి పూనికతో వానిని నిలుప యత్నించుటవలననే పతితులయిన జాతులు మరల నిలువగలుగుదురు. కాని స్వధర్మమును విడనాడి పరధర్మముల నవలంబించెడి వారు శ్రేయఃపథమును జేరజాలరు. "బ్రతికియుండిన సుఖమును బడయవచ్చు" నిర్జీవులమయి నశించినయెడల భౌతికాధ్యాత్మశక్తి

లేవియు మనల గ్రమ్మఅ బ్రతికింపజాలవు. రోగుల బాగు జేయ వచ్చునుగాని, ప్రేతముల నిలువఁబెట్టెడివారు లేరు.

భౌతికైశ్వర్యములను గాని, విశాలసామ్రాజ్యములను గాని పరమావధిగ నెంచఁగూడదు. తుచ్ఛసుఖములు నిత్యై శ్వర్య సూచనలు కావు.

ధర్మముల పటిష్ఠతను, సభ్యతల సత్వమును విమ ర్శించుటలో, వాని ప్రభావప్రయోజనములను మన్నించుట లో మనము ప్రధానగౌరవ మొకవిషయమున కొసంగవల సియున్నది. ఇవి యెంతకాలము, ఎన్నివ్యభిచరణహేతువుల నఁడుమ నిలిచి, ఎందరిచే మన్నింపఁబడినవి? ఎన్నిశతాబ్ద ముల జాతీయ జీవనపద్ధతుల శాసించియున్నవి? కాల శిక్షయే ధర్మములయొక్కయు, ప్రతిష్ఠాపనములయొక్కయు సార్వత్రికప్రయోజనమును, తత్ప్రభావమును చూపగలదు. మన సభ్యతామూలములయిన భావములు అథమము నాలుగుయుగముల కాలశిక్ష ననుభవించియు చెక్కుచెదరక నిలిచియున్నవి. యూదులు మూఁడువేల సంవత్సరముల సభ్యతమాత్రమే, నాగరికవికాసము మాత్రమే కలిగి అందు నకే గర్వపడుచున్నారు. మనప్రభువులగు నాంగ్లేయులు వేయిసంవత్సరముల చారిత్రమును, లౌకికసంపదలందు వారిని తలదన్ని యెగసి పోరలెడు అమెరికనులు మున్నూ రేండ్ల మనోవికాసమునుమాత్రమే యొప్పియున్నారు. వీరి భావములు, వీరిలక్ష్యములు, వీరిసభ్యతలు దుర్వార కాల ప్రవాహోద్యోగమున నేగతి వ్యవహరించునో, ఎటుల వ్యాపించునో, ఎందుల సిద్ధించునో ప్రస్తుతమూహింపజాలము.

లౌకికప్రభావిభ్రాంతులమయి వారిశక్తియుక్తులే, మానస సంచారక్రమములే పరమాత్మప్రత్యయముగ నెంచుచున్నాము. మనసభ్యత, మనవిజ్ఞానము విదేశ విజాతీయ విసభ్యతాప్రవాహముల దాడిన బడి కొట్టుకొనిపోవుటకు మాఱుగా వాని నన్నింటిని స్వైవశముచేసికొని జేతలనుజయించిన గౌరవ మంది యున్నది. ఇట్టి స్థిరజీవి, ఇట్టి మహాసత్వసంపన్న, ఇట్టి జగన్మోహనప్రభాసంపూర్ణ యగు సభ్యత తూలనాడదగినది కాదు. ఒకటి రెండు పురుషాంతరముల పాశ్చాత్యసభ్యతా సంపర్కవికారమున నెడబాయదగినది కాదు. అనేకపురుషాంతరముల సంకల్పసముచ్చయము, ప్రయత్నసమష్టి ఒక దేశచరిత్రను ఏర్పఱచుచున్నది. ఇట్టి చారిత్రపరంపరా సమన్వయమున నొకజాతియొక్క సభ్యతాలక్షణములేర్పడు చున్నవి. అంతియేకాని ఉసుళ్ళ వలె క్షణభంగురములు కావు. కాన ధర్మవివేచనమందు కడుజాగరూకతతో, దూరదృష్టితో భూత, వర్తమాన, భవిష్యత్పరిజ్ఞానములతో వ్యవహరించవలయునేకాని క్షణికావేశము ననుసరించి యాచరింపగూడదు. భారతీయమర్యాదలను నిర్మూలనమొనరించు యత్నము లన్నియు అనాదరణీయములే. కాని ఇందువలన పురాణధర్మములన్నియు సాధువు లని దురభిమానభరితులమయి యుండకూడదు. సంస్కరణాపేక్షయు, నాస్తిక వాదములును ధర్మమాంద్యమువలన కలుగునట్లే పూర్వాచారపరాయణత్వముకూడ వార్ధక్యదౌర్బల్యమునలనకలుగు చున్నది. భావప్రకోపము చాంచల్యమువలన గలిగినట్లే ధర్మస్థైర్యముకూడ తదవలంబకుల మాంద్యమువలన గలుగు చుండును. మఱవిగదా యను దురభిమానమున మన విజ్ఞా

నమందలి సమస్తవిషయములను సమానగౌరవముతో ఆదరించకూడదు; ఆచరించగూడదు. అట్లు చేయుటవలన నవ్యపరిస్థితులలో మనస్థితి యుండ నేరదు. కాలశిక్షితములయి నిలిచియున్న ధర్మములలో నెయ్యవి మన భావివికాసమునకును, ఔన్నత్యమునకును, అభివృద్ధికిని దోడ్పడగలవో వానినే స్వీకరించి వానివెలుగున మన నడవడి నేర్పరచుకొనుట యుక్తము; కార్యసాధకము; అభ్యుదయహేతువు. మన పూర్వుల పురుషార్థమును, లక్ష్యమును గమనించి అందులకు వ్యభిచరణ లేకుండ వర్తించినయెడల గమ్యస్థానమును నిరపాయముగ వ్యక్తిప్రభావముతో చేరగలము. విశ్వాసమే ముఖ్యసాధనము. పవనసంచలిత వారి తరంగభంగములు క్షణభంగురములు; ప్రబలియు సముద్రగాంభీర్యమును గాని, జలరాశిబలమునుగాని జూపనేరవు. జలప్రవాహము అగాధమగు అంతర్వాహినుల ప్రచారము ననుసరించియే నడచునుగాని పిల్లగాడ్పుల యూగింపుల నంటి నడువనేరదు. అంతస్సారముగల వృత్తులు, ధర్మములు కాలగర్భమున మునిగి అందున లీనమయియుండును. సారవిహీనములయినవి యాకులవలె, ఎండుటాకులవలె కాలముఖమున కొంతకాలము తేలి మిరమిరలాడి వచ్చిపోయెడి గాలికిని, ఆటంకములకును జిక్కి కొట్టుకొనిపోవును. అటులనే మనధర్మములలో సారవంతమగునవి కాలవాహినులలో కలసి మఱల మనయొంట చేరుచున్నవి; మనలను జీవింప జేయుచున్నవి. ఇవియే మన ప్రాణాధారమునకు ముఖ్య హేతువులు. ఇందే మనబలము, తేజము, జీవశక్తియు నున్నవి.

మన గ్రంథకర్త భారతీయధర్మములయొక్క పునాదులను బెకలించకుండ కాలవాహినిలో నిలిచియున్న ఆర్యధర్మరసాయనమును సంపూర్ణముగా నుపయోగించుచు ప్రస్తుత కర్తవ్యమును నిరూపింప యత్నించియున్నారు. ఇదియే నాకు మిక్కిలి నచ్చినవిషయము. గతానుగతికముగ పూర్వాచారములను అనుసరించుటలో సజీవజాతీయత లేదనుసంగతిని గ్రహించుచు, ఆ ధర్మములనే, ఆ ప్రాచీనసంస్కారమునే నవ్యపరిస్థితుల కనుకూలమగు రూపమున నాచరింపవలయునని సిద్ధాంతీకరించుచు నెప్పటి కప్పుడు నవ్యవైఖరుల దాల్చినను నూతననాటకము లాడినను ప్రాచీనసభ్యతాప్రవాహమీ ప్రయత్నము లన్నింటియందును వెలుగుచుండవలయునని యీ గ్రంథకర్త యాశయము. సనాతనధర్మములందు వీరి కేర్పడిన గౌరవాతిశయమును, భావిధర్మవివేచనమందు వీరి కేర్పడిన ఉత్సాహమును చదువరుల నెల్లర వారి త్రోవకు దెచ్చునని విశ్వసించు చున్నాడను.

26-8-1929
కలకత్తా

యస్. రాధాకృష్ణ.

ఆశీర్వాదము

◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆

సీ. మానిత మాదర్శ ♦ 'మానవజీవిత'
మనెడు మహాప్రబం♦ధార్ణవంబు
నైతికాధ్యాత్మ వి♦ద్యాతత్త్వనవరత్న
సంకీర్ణమై విలా♦సములఁ దేలు,
ప్రేమతరంగ తే♦జో మాలికల విశ్వ
మానవకోటి నే♦మాఱు దనిపు,
సహజసౌందర్య ర♦సస్వరూపము హృద
యోపలాళి వగల్చు ♦ యుర్విజముల,

తే.గీ భాతి మొనలెత్త భువి వన♦వాటి జేసి
ఇష్టఫలరాశి యంగుండి ♦ యిచ్చుచుండె
నిట్టిఫలసిద్ధి యెందు ల♦భించఁబోదు
యిట్టి దృశ్యంబు నెందు♦ వీక్షింపరాదు.

సీ. మహితమా యాదర్శ ♦ 'మానవజీవిత'
మన్నిటి కాదర్శమై దనరుచు,
ఇంపు సొంపారెడు ♦ ముప్పదియారు
ప్రకరణంబులు గల ♦ గ్రంథరాజ,
మొక్కొక్క ప్రకరణ ♦ మొక మహాదివ్య ప్ర
పంచమై యలరు ద♦ర్శించువారి,
కర్థంబులను గూర్చు ♦ నాపదలను దీర్చు
తోడునీడై తన♦తోడ వచ్చు

ఆ.వె. బాల్యమాది వృద్ధ ♦ పర్యంతమగు మహా
వ్యవధిలోన మాన♦వాళి గాంచు
ప్రకృతినాట్యరంగ♦పటలి ముందటితెర
పడెడువరకు కథల ♦ నుడువుచుండు.

సీ. నయ్యాయికులకెల్ల ♦ న్యాయశాస్త్రం బిది
యధ్యాత్మచరిత వే♦దాంతులకును,
మానవకోటి వి♦జ్ఞానసర్వస్వంబు
నారోగ్యశాస్త్ర మ♦ధ్యాపకులకు,
అర్థార్థు లధిపుల ♦ కర్థశాస్త్రం బిది
వాఙ్మయచరిత వి♦ద్వాంసులకును,
సంస్కర్తలకు ధర్మ♦శాస్త్రసంగ్రహ మిది
భక్తియోగము మహా♦భక్తులకును,
తే.గీ. ఇది మహాసంహితాకృతి ♦ యెసఁగి మెసఁగి
కల్పవృక్షంబు లీల నే♦కాలమందు
వలయు ఫలవృష్టి గురియు భూ♦వలయమునకు
సిద్ధ మాదర్శ 'మానవ ♦ జీవితంబు'.

ఉ. ఒక్కొకనీతి యొక్కొక మ♦హోన్నతశాస్త్రము జాటిచెప్ప నా
ఫక్కినె వాఙ్మయంబు మన ♦ భారతభూమి నలంకరించి పెం
పెక్కను దీనిలో నిఖిల ♦ వేదపురాణయథార్థధర్మముల్
లెక్కకు మిక్కిలిన్ గలవు ♦ లీల నరుల్ చరితార్థులౌటకున్.

సీ. ఘన నవాదర్శ ♦ గ్రంథమండలి కిది
యొక దివ్యసుమము కా♦సున్న దింక,
ఈసుమసౌరభ్య ♦ మెందాక ప్రాకునో
నంతదాక పవిత్ర♦మై తనర్చు
ఆసుధాధారల♦నారగ్రోలెడువార
లజరామరత్వంబు ♦ నందఁగలరు,
ఈసుమంబు ధరించు ♦ నిందీవరాక్షులు
యుర్విదేవితో నిల్చి♦యుండఁగలరు.
తే.గీ. ఇట్టి సుమవృష్టి గురుపుచు ♦ నెల్లకాల
మాంధ్రభువి దుగ్గిరాల వం♦శాబ్ధిచంద్రుఁ
డైన బలరామకృష్ణయ్య ♦ యలరుగాత!
బౌద్ధవాఙ్మయబ్రహ్మగాఁ ♦ బ్రజ నుతింప.

30-8-1929 }
పిఠాపురం. }

ఉమర్ ఆలీషా.

XXIII

ద్వితీయసంపుటము

విషయసూచిక

9 వ ప్రకరణము

విషయము. పుటసంఖ్య.

విషయము. | పుటసంఖ్య.

శేంకట్రామ్ ప్రింటింగ్ ప్రెస్, నారాయణగూడ - హైదరాబాద్.

మానవ జీవితము

తొమ్మిదవ ప్రకరణము

ప్రవర్తనము



"Men of character are the conscience of the society to which they belong." —Emerson

"సత్ప్రవర్తనముగల మనుజులు తమసంఘమునకు శిరోభూషణములు." (ఎమర్సను)

"సత్ప్రవర్తనముగల మనుజుఁ డఖిలలోక వంద్యుఁడు. వాఁడే నిజమగు భక్తుఁడు; పూజ్యుఁడు; ఋషిసత్తముఁడు; పండితుఁడు; నిర్వాణగతుఁడు." —శ్రీ బుద్ధప్రభువు.

సత్ప్రవర్తనమే మానవజీవితమున కక్షయంబగు ప్రశస్త భూషణము. సత్ప్రవర్తనముచే మనుష్యుఁడు ప్రాజ్ఞప్రపంచ సన్మానభాజనుఁడయి నిష్కంటకజీవితమును గడపుచు విశ్వమందలి సమస్త ఘనకార్యముల సులభముగ సాధించుచుండఁ గలఁడు. సద్వర్తనసంశోభితుని సాన్నిధ్యమునఁగల వస్తుసమూహ మెల్ల సుప్రకాశిత మగుచుండఁ గలదు. సద్వర్తనశూన్యుఁడగు మానవునిజీవితము లుబ్ధాగ్రేసరుని ధనభండారమువంటిది.

ఎన్నిసంపదలున్నను, భోగభాగ్యములున్నను, పుత్రకళత్రాది బాంధవశ్రేణియున్నను, సారస్వతజ్ఞానవిశేషమున్నను మానవునియొద్ద సత్ప్రవర్తనమను భాగ్యరాశి లేనిచో వాని జన్మయే వ్యర్థమయిపోఁగలదు. దేహమును లోకానురాగమునకుఁ బాత్రమొనరించిన పవిత్రపదార్థమగు నంతరాత్మవలె మనుష్య జీవితమునకు సత్ప్రవర్తన మపారమును, అనల్పమును నగు ప్రతిష్ఠాగౌరవములఁ గల్పించును.

సచ్చరిత్రుఁడు జీవన్ముక్తుఁడు. ఇహాపర చిరతర సౌఖ్యశాంతు లవ్వాని నిత్యసంపదలు. సూర్యమండలమువలె వానిజీవితము ప్రకాశవంతమయి, నిష్కళంకమయి యొప్పుచుండఁ గలదు. ఎంతటి బలపరాక్రమవంతుఁడయినను, యోధానుయోధుఁడయినను, ధనాఢ్యుఁడయినను సచ్చారిత్రముయొక్క మహిమాతిశయమును గ్రహింపలేనిచో వాఁడు జనసామాన్యమునం దవశ్యము పరాభూతుఁడగుచుండుట రూఢి.

వ్యక్తివికాసమునకును, కుటుంబాభివృద్ధికిని, సంఘాభ్యుదయమునకును, దేశౌన్నత్యమునకును, మోక్షప్రాప్తికిని సచ్చరిత్రము మూలము. పురుషార్థచతుష్టయమగు ధర్మార్థకామమోక్షముల సంపాదించుటకును సత్ప్రవర్తన మావశ్యకమై యున్నది. మానవజాతీయ జీవితమునం దిదియే సారభూతమగు పదార్థము. గర్భదరిద్రతకును, పాండిత్యశూన్యతకును, రూపవిహీనతకును, నిమ్నజాతీయతకును నపారమగు గౌరవమును-ఎనలేని విలువను-మిక్కుటమగు వన్నెను దెచ్చిపెట్టును.

మానవుని సదాచార సంపదలలోని కెల్ల సత్ప్రవర్తనమునకే ప్రథమస్థాన మొసంగఁబడినది. సమస్త దుర్గుణ రాహిత్యమునుండియే సద్వర్తన మావిర్భూతమయినది. సద్వర్తన ప్రభావముచే సంపచ్ఛూన్యుఁడు వైభవోపేతుఁడు గను, విద్యా విహీనుఁడు విద్వద్వరేణ్యుఁడుగను, అనుచరుఁడగ్రేసరుఁడుగను మాఱిపోవుచున్నారు.

దుశ్చారిత్రుని గగనమండలచుంబితమగు మహోన్నత రాజప్రాసాదముకంటె సచ్చారిత్రుని నిర్జన పర్ణకుటీరమే వేయిమడుంగు లుత్కృష్టమని బుద్ధాది మహాపురుషులే వచించి యున్నారు. సద్వర్తన సంశోభితుని హస్తమందలి తృణము విశ్వమున కెంతయు నుపకరించుచుండ, దుష్ప్రవర్తకుని వశమందుండు విపులధనవిద్యా వైభవాదులు లోక సంహారణమున కుపయోగపడుచుండును.

సద్వర్తనముచే మనుష్యత్వము దేవత్వముగఁ బరిణమించుచున్నది. దుష్ప్రవర్తనముచే మానవత్వము రాక్షసత్వ మగుచున్నయది. నేఁటిపర్యంతము నీవిశాలభూమండలమున దేశవిదేశముల నవతరించియుండిన మహాపురుషుల యొక్కయు సాధ్వీమణులయొక్కయుఁ బుణ్యచరిత్ర నిర్మాణమునకీ మంచి నడవడియే పునాదియయినది. ప్రపంచమందలి సకల జాతులకీ సద్వర్తన మాదర్శప్రాయముగనున్నది. మానవ సంఘముయొక్క భారమంతయు సచ్చరిత్రులగువారి స్కంధముల పైననే మోపఁబడియున్నది.

విశ్వమందలి యేమతమును సత్ప్రవర్తనమును లఘు దృష్టితోఁ జూచియుండలేదు. శ్రీకృష్ణుని భగవద్గీతయు,

బుద్ధుని ధమ్మపదమును, జీససు బైబిలును, మహమ్మదు ఖురానును, జరదష్టి మహామునీంద్రుని జందవేస్తాయు సత్ప్రవర్తనమునకే ధర్మరంగస్థలమునఁ బ్రాముఖ్యము నొసంగియున్నవి. సత్ప్రవర్తనమును బ్రేమించిన యుగము, జాతి, రాష్ట్రము మహోన్నతస్థితి నంది జగత్ప్రసిద్ధిని గాంచినవి. సద్వర్తనమును బరిత్యజించిన జాతులు రసాతలమున కేగినవి.

సద్వర్తనముచే దైత్యకులసంభూతుఁడగు విభీషణుఁడు సురవంద్యుఁడయి, శ్రీరామ భూధవుని స్నేహమునకుఁ బాత్రుఁడయి సామ్రాజ్యలాభమును బడయ, తత్సహోదరులెల్లరుఁ జెడునడవడిచే సర్వస్వమును గోల్పోయి ధర్మసంగ్రామ రంగమున దుర్మరణము నందియుండిరి. విశ్వవలయంబున భగవన్మహిమచే యుగయుగాంతరములనుండియు సత్ప్రవర్తనము సర్వజనపూజ్యముగ వచ్చుచున్నది. అపూర్వప్రభావోత్పాదకమగు నిట్టి సత్ప్రవర్తనమును సంపాదింపఁగడంగని మనుజులు పుట్టియు గిట్టినట్టివారే.

ప్రపంచము సామాన్యముగా మానవుని యాచరణమునే ప్రతినిమేషముఁ బరీక్షింపఁ గడంగుచుండును. అయ్యది మానవుని యాత్మయొక్క బలాబలములఁ బరిశీలింప నిచ్ఛగింపదు. చరిత్రమే యాత్మబలముయొక్క యాభాస మని లోకముయొక్క స్థిరవిశ్వాసము. మానవుఁ డాచరించు కార్యసముదాయముచే వాని హృదయముయొక్క స్థితియు, బుద్ధియు, భావనయు, ప్రవృత్తియు సహజముగా విశదమగుచుండునని గురుజనులు కొందఱూహించుచున్నారు. కోవిదుల యీ యభిప్రాయముతో నేను సంపూర్ణముగా నేకీభవింపఁ జాలను.

ప్రాయికముగా మనుష్యులు కొందఱు లోకగౌరవము నపేక్షించి బాహ్యమున నొకవిధమగు నాచరణమును బ్రదర్శించుచు నాంతరికముగఁ దద్విరుద్ధాచరణమును గలిగి వర్తించుచుండుటయుఁ గలదు. అట్టివారే గోముఖవ్యాఘ్రము లనఁబడుచున్నారు. దుశ్చరిత్రులకంటె నట్టివారే లోకమున కతి భయంకరులు. కాని సద్వర్తనశూన్యుని కృత్రిమాచరణము కలకాలము రహస్యముగా నుండఁజాలదు. ఎప్పుడో యొకప్పుడు వాని గుట్టు బట్టబయలగుట రూఢి. ప్రకృతియొక్క యచల సిద్ధాంత మిదియే.

మనుష్యుని యాచరణము ననుసరించియే మనము వాని నెట్టివాఁడయినదియు నిశ్చయించుకొనఁ గలుగుచున్నారము. ఏమానవుఁ డెట్టివాఁడో వాని భావన లెట్టివో, వాని యాదర్శ మెట్టిదో గ్రహింపవలెనన్న విశేషప్రయత్నము లేకుండగనే వానిచర్యలే వాని నిజస్థితిని వ్యక్తీకరింపఁగలవు.

తన్నొక సన్మార్గునిగను, సద్వర్తకునిగను విశ్వదృష్టియందుఁ గావింపఁజేసికొనఁ దలంచువాఁడు మహాపురుషుల జీవిత చారిత్రముల కాదర్శప్రాయమగు సచ్చారిత్రమును సముపార్జింపవలసియుండును. మానవుని భావనలను, సమస్తకర్మలను దీర్ఘ కాలపర్యంతము బరిశీలింపనిదే వాని చరిత్ర మిట్టిదని నిర్ణయింప బ్రహ్మకును శక్యముగాదు. త్వరపడిగాని, సందిగ్ధావస్థయందుఁగాని మనము గావించు నిర్ణయములు నిరుపయుక్తము లగుచున్నవి. ఇయ్యది యనుభవసంగతమగు విషయము.

కాని ప్రస్తుత మానవసంఘము విశేషపరిచయము లేకయే రెండు మూఁడు నిమేషముల మధురసంభాషణ మాత్రంబుననే మానవ చరిత్రనిర్ణయమునకుఁ గడంగు చున్నది. అనుక్షణము నతిసావధానముతోడఁ బరిశీలింపఁ గలవారలే మానవసంఘ చారిత్రపరిశోధనమున కర్హులు.

సాధారణముగా సజ్జనమండలియందు వారిరహస్యములఁ దెలియఁజేరు దుష్టుని సక్రమపద్ధతికి వచ్చుచున్నాఁడనియు, శిష్టత్వము నభ్యసించుచున్నాఁడనియు లోకము భావించుచుండును. జనసామాన్యము దుర్జనుల సంస్కరించు నిమిత్తమే వారితోఁ గలిసిమెలసి వర్తించు సజ్జనులును భ్రష్టులయి పోయినారని సంపూర్ణమగు పరిశోధనము లేకపోవుటచే సంభావింపఁ గడంగుచుండును.

సామాన్యమానవ ప్రపంచమునకు సత్యాసత్యములఁ దెలియునట్టి సుస్థిరమును, సముచితమును నగు పరిశీలనబుద్ధి యుండ నేరదు. కవీశ్వరుని కావ్యమును బూర్ణముగా విమర్శించుట కంతకంటె ఘనుఁడగు కవిగాని యర్హుఁడు గాఁజాలఁడు. అదియేచందమున లోకముయొక్క నడవడియందలి మంచి చెడుగులఁ బరీక్షింప జ్ఞానానుభవసంపన్నులును మేధావంతులును నగు బుద్ధిమంతు లవశ్యము గావలసి యున్నారు. మనుజుని యాంతరిక ప్రకృతికంటె బాహ్యప్రకృతియే బహిర్జగత్తునందు సంచరింప నలవడియున్న జనసామాన్యముయొక్క స్థూలదృష్టికి గోచరింపఁగలదు.

ఈ కారణముననే లోకమునే మంచివాఁడని భావింపఁ బడినవాఁడు తరుణము వచ్చినపుడు దుష్టుఁడుగఁ బ్రత్యక్ష

మగుచుండుటయు, దుష్టుఁడని యనుమానింపఁబడిన వ్యక్తి యుక్తకాలమందు శిష్టుఁడుగఁ గానవగుచుండుటయు దటస్థించుచున్నది. లోకముయొక్క వర్తనమును సమగ్రముగఁ బరిశోధించుటకు మేధాసంపత్తికంటెఁ గాలవ్యవధియే విశేష ప్రయోజనకారి కాఁగలదు.

సద్వర్తనముయొక్క యమూల్యతను, అనిర్వచనీయ సౌఖ్యానందములను, పరిశుద్ధతను గ్రహించి, యువకు లద్దానిని సంపాదించుట కెట్టి కష్టముల ననుభవించుటకయిన వెనుకంజ వేయరాదు. సద్వర్తనమును సంపాదించియుండిన బుద్ధిమంతు లెట్టి ప్రబలకారణములు తటస్థించినను దానిని విడువరాదు.

సద్వర్తనముచే నాడంబరమును, విలాసప్రియత్వమును నష్టమగును. వాచాలుఁడును, మూర్ఖుఁడును, దాంభికుఁడును సద్వర్తనమును సంపాదింపఁజాలరు. యువజనులు నిర్దోషము లగు తమ యుద్దేశ్యములతోఁ బాటు స్వకీయకర్మలను సయితము నిష్కల్మషములుగఁ జేసికొను టుచితము. ప్రతి యువకుఁడును దన చరిత్రముపై లోక మెట్టి దోషారోపణమును గావింపకుండునట్లు ధ్యానముతో సంచరించుట శ్రేయస్కరము.

యువజనమండలియందు విలక్షణమగు ప్రవృత్తి యొండు సహజముగా నెలకొనియున్నట్లు గోచరించుచున్నయది. వారు లోకవిరుద్ధములగు కార్యములఁ గావించుటయందే తమ పరాక్రమము వెల్లడియగునని భావించుచున్నారు. సంఘమర్యాదను, నిబంధనలను దిరస్కరించుట కే

యువజను లెప్పుడు నెదురుచూచుచుందురు. నీతి నియమ శూన్యమగు వ్యక్తిగత స్వాతంత్ర్యమే జీవితాదర్శమని యువకుల నిశ్చితోద్దేశ్యము.

ఆంగ్లనీతిశాస్త్రవేత్త యొకఁడు మహాజనస్వేచ్ఛకుఁ బ్రతిబంధకముగా నుండు స్వాతంత్ర్యము యథార్థమగు స్వాతంత్ర్యము గాదని వచించియున్నాఁడు. సంఘమునం దల్పసంఖ్యాకులకే స్వేచ్ఛ లభించినచో నయ్యది బహుజన స్వాతంత్ర్య పథమునకు బాధాకరమగును. మానవులయొక్క పరస్పర సంబంధము స్థిరమయి, ప్రశాంతమయి యుండు నిమిత్తమే సంఘముయొక్క నిబంధన లేర్పడినవి. కావున నా నిబంధనల నతిక్రమించు వ్యక్తికి లాభముకంటె హానియే యెక్కుడు సంభవింపఁగలదు. వ్యర్థములగు వాదవివాదములు ఘోరాన్యాయములకంటె సంఘమున కధిక కంటక ప్రాయములుగ నుండుచుండును.

వ్యర్థమగు వివాదమునకుఁ గడంగువానిని లోకము సమాదరింపఁజాలఁదు. సాంఘిక నియమములను, నీతిసిద్ధాంతములను, జ్ఞానసూత్రములను బాలించు వ్యక్తి దీర్ఘకాల ప్రాప్తానుభవ సంపన్నునివలె సుఖ ముండుట నిశ్చయము. గత ప్రకరణమందు నాత్మసంస్కరణమునుగూర్చి వచించి యుండిన విధంబున వర్తించు యువకుని జగమంతయు నాదరింపఁ దొడంగును. కారణమేమన నీ యాత్మసంస్కరణమున కంతర్గతముగ మనోవేగపరిష్కారముయొక్కయు, బుద్ధి పరిశీలనము యొక్కయు, మనుష్యజీవిత కర్తవ్య పాలనముయొక్కయు విధానమును, వ్యవస్థయు గర్భితములై యున్నవి.

యువకుఁడు తన మాతాపితృ సహోదరులయెడ నెట్లు వర్తింపవలసినదియు, తన నిత్యవ్యవహారముల నెట్లు నిర్వహించుకొనఁ దగినదియు, ఎట్టి యుద్దేశ్యముల మానస మందుఁ బ్రేరేపించుకొన వలసినదియుఁ బ్రథమ ప్రకరణమున వివరించియుంటిని యువకుఁడు స్వగృహమందుఁ బ్రశాంతుఁ డయి, పరిశుద్ధ చిత్తుఁడయి, నిష్కల్మషమగు సుస్నేహలతను నల్దెసల వ్యాపింపఁజేయుచు, అవసరము కలిగినపుడు నిజమిత్ర బృందమునకుఁ దోడ్పడుచు—దరిద్రుఁడు, మూర్ఖుఁడు, పామరుఁ డను భేదములేక సకలప్రాణులఁ బ్రేమమయదృక్కుల నరయుచుండవలయునని బోధించియుంటిని.

యువకుఁడు ప్రేమయోగమును సాధించినంత మాత్రముననే నిజకర్తవ్య నిర్వహణ బాధ్యతనుండి సంపూర్ణమగు విమోచనము లభించినదని భావింప వలనుపడదు. విశుద్ధప్రేమమయుఁడగు నతఁడు తదనంతర మీశ్వరప్రదత్తములగు సుగుణములను, స్వాభావిక సౌమ్యశక్తుల నుచితరీతిఁ బోషించుకొనుచుండు టవసరము. ప్రాయికముగా మనుష్యుఁడు తన కరతలమునం దెట్టి మనోహరమగు శుభతరుణము సుస్థాపిత మయియున్నదియు, సమున్నత కర్తవ్యమునకును, సత్ఫలదాయక మగు త్యాగమునకును, మృదుమధురమగు నంతర్వాణి యెట్లాహ్వానించుచున్నదియు సత్వరము గ్రహింపఁజాలకున్నాఁడు.

సామాన్యమానవుఁడు సోమరియయి, విసువుదోఁపఁ బ్రేనుపుచుఁ గర్తవ్య పథమున నిశ్శబ్దముగా నిలువఁబడి యుండి నిజప్రారబ్ధమునకయి విచారించుచుండ, ఉన్నతాశయ

పరిపూర్ణ హృదయుఁ డాశాపూర్వకముగ దృష్టిని ముందునకుఁ బ్రసరింపఁ జేయుచుఁ గర్తవ్యాచరణముయొక్క శుభావసరమును బడసినంతనే యొక్కసారిగ దానిని సఫలమొనరింప నుద్యమించుచున్నాఁడు.

ఆత్మ సంస్కరణ కార్యమును మనుష్యుఁడు సరిగా గ్రహింపఁ గలుగునేని వాని హస్తగతములగు శుభావసరములనుండి ఫలము నార్జించు ప్రవృత్తి వృద్ధిఁ జెందఁగలదు. అపుడు వాని నేత్రములు తెఱచుకొని కర్తవ్య రంగస్థలము యొక్క చతుర్దిశల సవ్యముగాఁ బరికింపఁ గలవు. శ్రవణములు ఉక్తవచనముల నాకర్ణింప సిద్ధము లగును. మానసము స్వాభావికమగు సద్భావతరంగముల నుత్పత్తిఁ జేయఁ గడంగును.

ఈ చందమున మనుజుని వర్తన మొక ధార్మికపురుషుని సదాచరణమును బోలియుండ వానికి భవిష్యద్వర్తమాన కర్తవ్యముల బోధ సులభముగాఁ గలుగును. మనుష్యుఁడు సదా తనజీవితమును, ఆశయములను, చేష్టితములను మహాపురుషుల దివ్యచారిత్రాదర్శముల ననుసరింపఁజేయుచుండవలయును. అందుచే వానికి శీఘ్రకాలమందే సులభముగా సమస్త విషయములందు విజయము కరతలామలకము కాఁగలదు.

"అనుగంతుం సతాం వర్త్మ కృత్స్నం యది న శక్యతే,
స్వల్ప మ ప్యనుగంతవ్యం మార్గస్థో నావసీదతి."

"సజ్జనప్రోక్తమగు సత్పథమును బూర్ణముగా ననుసరింపఁ జాలవేని స్వల్పముగనే యనుసరించుటకు యత్నిం

పుము. ఆపథమునఁ బద మిడినంతనే సౌఖ్యము లభింపఁ గలదు.

యువజనులు సర్వేశ్వరుని సత్సంకల్పమున కనుగుణ్యముసు, లోకహితపరతంత్రమును నగు సాధు జీవితయాత్రను గడప యత్నించుచుండవలయును. అట్టి యువకులు స్వయముగా సత్క్రమోన్నతి నందుచు నన్యులకు సయితము జ్ఞానమును, సౌజన్యమును, ధర్మమును బోధింపఁ గలుగుదురు. ఎవరికి వారే వ్యక్తిగతముగు సచ్చరిత్రనిర్మాణమునకయి ప్రయత్నించుచుండుటచేఁ దన్మూలమున వ్యక్తికల్యాణమును, లోకోన్నతియుఁ బొసఁగుట సహజమగును.

నిరంతర సదాచరణ రచనాప్రయత్న పరతంత్రులు లోకమునఁ గలట్టి సత్యమయమును, సుందరతమంబును పరిశుద్ధమును నగు ప్రతిపదార్థమును ప్రేమింపఁగలవారలయి, భావాతీతమగు నాధ్యాత్మికశక్తి వికాసముచేఁ దమ జీవితముల నలోకసామాన్య తేజోవంతము లొనరించుకొనఁ గలరు.

వారు లోకమందలి రమణీయములగు నానావిధకావ్యములయొక్కయు, మనోహరములగు కళలయొక్కయు, తదుత్కృష్టములగు భావములయొక్కయు జ్ఞానవిజ్ఞానప్రభుత్వము హృదయంగమ మొనరించుకొన సమర్థులగుదురు. వారి నిత్యవ్యవహారమం దొక విధమగు నిర్మలోత్సాహము జనించి వారి పవిత్రభావముల దైనందినవృద్ధిఁ గావించును. వారి సంకల్పములఁ బరిశుద్ధ మొనరించును. పరిశ్రమను సఫలీభూతముఁ జేయును.

వారు తమ ధర్మసంబంధములగు కర్తవ్యములను, సదాచార సద్వ్యవహారములను వినమ్రులయి శ్రద్ధాళురయి, ఆరంభశూరత్వము లేనివారయి పాలించు చుండఁగలరు. అట్టివారు ధర్మమునే సదాచారమునకు మూలమని మన్నించి యందు దృఢచిత్తులయి యుండుచుందురు. మనుష్యజాతి యందును, సృష్టియొక్క వివిధజాతిపదార్థ ప్రకృతియందును బరమేశ్వరుని సర్వవ్యాపకమగు సముచుదారత్వమును, విలక్షణమగు కారుణ్యమును, బుద్ధిసూక్ష్మతను విలోకింపఁగలరు.

ఈరీతిగ నాత్మసంస్కరణాదర్శము నున్నతముఁ గావించుచు, మహాపురుషులవలె శ్రేష్ఠజీవితములకొఱకు నిరంతర ప్రయత్నమొనరించుచు వారీశ్వరారాధనమును దమయపార బలముగ మది విశ్వసించుచుందురు. అట్టివారు సమస్త విషయములందును మానవహృదయ ప్రేరేపకుఁడును, సంకల్ప వికల్ప కారకుఁడును నగు సర్వేశ్వరునే సతతము సంస్మరించుచుందురు.

ఈశ్వరారాధనాశూన్యమగు నాత్మ సంస్కరణము నిరుపయోగ మయినది. కారణ మేమన సర్వేశ్వరునియొక్క ప్రేమమయభావనాధారంబుననే మానవాత్మ నిజాభ్యుదయ సాధనసంపాదనమునం దత్యుత్సాహముతో, అభేద్యాశా పాశములతోఁ బ్రవృత్తము కాఁగలదు. ఇంక నిత్యము సంఘటించుచుండు లౌకికవ్యవహారములఁగూర్చి విచారింతము.

యువజనుల యాచరణనిర్మాణమున కావశ్యకములగు సాధారణ సిద్ధాంతములఁగూర్చి కొలఁదిగనో, గొప్పగనో గత ప్రకరణముల నిరూపించియుంటిని. తద్విషయముల

నెల్లఁ బూసగ్రుచ్చిన ట్లిట్టు వివరించుట చర్వితచర్వణ మగుఁ గాన నీప్రకరణమందు మనుష్యజీవితముయొక్క సమస్తోచిత కర్మల కావశ్యకములయియుండు సిద్ధాంతములఁగూర్చి ముచ్చటించెదను.

ఆత్మసంస్కరణ క్రియకుఁ గడంగు యువకుఁడు దాఁ దలంచిన మహాకార్యమును సాధించుటకు సకాలమునఁ గృషి సలుపుటకును, సక్రమముగ వ్యవస్థ ననుసరించి వర్తించుటకును, తగు పాటుఁబడుటకును సర్వసన్నద్ధుఁడయి యుండవలెను. లేనిచో మంచి తరుణము మించిపోఁగలదు. కర్మయోగి తన చారిత్రము నాదర్శప్రాయముఁ గావించుకొనుటకును, సమున్నత కర్తవ్యముల సాధించుటకును బ్రత్యేకముగాఁ బంచాంగమును జూచి శుభ ముహూర్తమును నిశ్చయింపవలసిన పనిలేదు.

ప్రకృతియే శుభాశుభముల స్పష్టముగా విశదమొనరించుచుండఁగలదు. మనుజున కప్రయత్నముగ నొక్కొక్కపుడు మంచితరుణము లభించుచుండును. బుద్ధిమంతు లట్టి తరుణమును జాఱవిడువక సద్వినియోగ మొనరింపఁ గడంగినచోఁ గార్యములు సులభముగా నెఱవేఱఁగలవు.

"Opportunity has hair in front, behind she is bald if you seize her by the forelock you may hold her; but if once suffered to escape, not Jupiter himself can catch her again." (Translation from Latin)

"తరుణము (యుక్తకాలము) నకు ముందు జుట్టు గలదు. దాని తలవెనుక బట్టగానుండును. మనుష్యుఁడా! తరుణము యొక్క ముందుజుట్టు పట్టుకొంటివా యది నీకుఁ

జిక్కిపోవును. అట్లొనరించుటయం దొక్కసారియయినఁ దప్పితివా బ్రహ్మదేవుఁడయినఁ (రోమనుల పెద్దదేవుని జూపిటరందురు) బట్టఁజాలఁడు.''

ఆత్మసంస్కరణ పరాయణుండును, సచ్చరిత్రనిర్మాత యు నగు వ్యక్తి యసావధానుఁడయి భద్రస్థితియందుండి, కీఁడును దరిఁజేరనీయక మంచి నన్వేషించుటయందే సదా సంలగ్నుఁడయి యుండఁదగును.

యువకుఁడు జీవితకర్తవ్యముల నిర్వహింపఁ బ్రారంభించినంతనే యతఁడు భౌతికజీవితయాత్రకు ముఖ్య సాధన మగు విత్తముయొక్క యమూల్యతను గ్రహించు టావశ్యకము. జీవితావసరములనెల్లఁ దీర్చుకొనుటకు విత్త మత్యుత్తమంబగు సాధనము. మనుజుఁడు స్వస్థానమును బాసి విదేశమున కేగినపుడు జీవసామాన్యములగు క్షుత్పిపాసలనుండి నిష్కృతి నందుటకు ధనమే ప్రథమ సహకారి.

జీవుని యుపాధికి విత్తము మూలసాధనముగ నున్నది. ఇయ్యది మానవుని పారమార్థిక జీవితమును బరిష్కరించి ముక్తి నొసంగుటయందు విశేషసహకారమును బ్రసాదింపఁ జాలకపోయినను, ప్రాపంచిక జీవిత కల్లోల దుఃఖదారిద్ర్యోపద్రవముల నణఁచి భుక్తి నీయఁగలదనుట రూఢి. ఇది యెఱింగియే యార్యులు 'ధనమూల మిదం జగ' త్తనిరి.

ప్రపంచమందే మానవునకును ధనాభావము లేదు. ప్రకృతియే మానవుని నిర్ధనునిగ, గర్భదరిద్రునిగ సృజింపఁ గోరదు. మానవుఁ డెవఁడును దారిద్ర్యమును స్వాభావిక పదార్థముగ భావింపరాదు. దారిద్ర్యము మానవుని

పారమార్థిక జీవిత పథమునకుఁ ప్రతిబంధక మగుటయు నిశ్చయమె. మానవుని నైసర్గిక స్వేచ్ఛామయజీవితవిధాన మును భంగమొనరించు శక్తిని స్వతంత్రుఁడగు సర్వేశ్వరుఁడు ప్రసాదించి యున్నాఁడు.

మనుజుఁడు తన చతుర్దిశల దుర్భర దారిద్ర్య ఘోరాంధకారపుంజములు వ్యాప్తములయియున్నచోఁ దన నైసర్గిక సుగుణగణముల వికసింపఁ జేసికొనుటెట్లు? నిరంతరము మనుజుని వాతావరణమంతయుఁ బదార్థాభావము తోడను, విచార దుఃఖ విపత్పరంపరలచేతను బరివేష్టిత మయి యుండుచో నత డట్టి క్లిష్టతర వాతావరణ మధ్యము నుండి నిజాభ్యుదయమున కనుగుణ్యమగు విజ్ఞాన మయ కర్తవ్యపథమును గ్రహింపఁ జాలఁడు.

ఉదరంభరణదుఃఖభారవాహియగు వ్యక్తి యెట్టి యాధ్యాత్మిక బలసంపన్నుఁ డయి యున్నను సంపూర్ణస్వాతంత్ర్య సూర్యమండలమునఁ బ్రవేశింపఁ జాలఁడు. దరిద్రుని జీవితము సువ్యవస్థితమును, సురుచిరానంద ప్రపూర్ణమును గాఁ జాలదు. అజ్ఞానమయ ప్రపంచ మధ్యమునందుండి దరిద్రుఁడగు బుద్ధిమంతుఁడు సర్వకాల సర్వావస్థలయందు స్వతంత్రములగు తన పవిత్రభావముల నిర్భయముగ వెల్లడింప నసమర్థుఁడు గావలసివచ్చును. కావుననే మహాత్ములు దారిద్ర్యమును మిక్కిలి గర్హించి యున్నారు.

"జీవంతోఽపి మృతాః పంచ వ్యాసేన పరికీర్తితాః,
దరిద్రో వ్యాధితో మూర్ఖః ప్రవాసీ నిత్యసేవకః."

(సుభాషితము.)

"దరిద్రుఁడు, రోగి, మూర్ఖుఁడు, పరదేశవాసి, నిత్యసేవకుఁడు ఈ యైదుగురు బ్రదికియుఁ జచ్చినవారే యని వ్యాసముని చెప్పెను."

దారిద్ర్యము మానవుని మతిహీనునిగను, సంకుచితాభిప్రాయ పరాయణునిగను, అల్పునిగను జేసివేయును. అయ్యది వివేకవంతుని సదాశయములను, సదభిలాషలను మృణాళాంకురములఁ ద్రుంచివేయు గజేంద్ర కిశోరమువలె నశింపఁ జేసి వేయుచుండును. దారిద్ర్యము చేఁ బూజ్యాచారిత్రులు గావలసిన మనుష్యు లెందఱో హఠాత్తుగాఁ దమ్మాక్రమించిన విపత్తులనుండి విడివడ భ్రష్టులగుటకు సమ్మతింపవలసినవార లగుచున్నారు.

అభిన్నమగు ప్రేమప్రవాహమున నేకోన్ముఖముగఁ దేలిపోవు సతీపతుల సుఖాంత జీవితనాటకమును దుఃఖాంతముగఁ జేయుచున్న భౌతిక పిశాచములలోఁ బేదఱిక మొకటి యని నుడువక తప్పదు. ఘోరదారిద్ర్యదుఃఖము ననుభవించు వ్యక్తి ప్రబలప్రయత్న మొనరించినను బ్రాయికముగా జీవిత ముఖ్య సమస్యాపరిష్కారమునం దోటువడుటయే సంభవించుచున్నది. ధనాభావముచే నిష్కపటులు, నిర్మలహృదయులు, లోకోపకార పారీణులు, బుద్ధిమంతులు నగు సద్గృహస్థులు మదాంధులు, నీచులు, నిర్దయులు, దుష్టులు నగు ధనాఢ్యుల వెవ్వెతల నిర్బంధముగాఁ గుడువవలసిన వారలగుచున్నారు.

కావుననే కోవిదులు దారిద్ర్యదుఃఖమును దుర్మరణదుఃఖముకంటె దుర్భరమని నుడువుచున్నారు.

"దారిద్ర్యా న్మరణా ద్వా మరణం మే రోచతే న దారిద్ర్యం,
అల్పక్లేశం మరణం దారిద్ర్య మనంతకం దుఃఖం."

—మృచ్ఛకటికము.

"దారిద్ర్యము, మరణము ఈ రెంటిలో నాకు మరణమే బాగుగ నున్నది. ఏమన మరణము కొద్ది కష్టమే యొసంగును. దారిద్ర్యము అంతములేని దుఃఖము నిచ్చును."

దారిద్ర్యముచే సకలప్రపంచ ముద్ధరింపఁగలట్టి మహాత్ము లెందఱో తమ పుత్రకళత్రపోషణార్థ మల్పవృత్తుల నవలంబించి జీవితములఁ గడపవలసినవార లగుచున్నారు. లోక సంస్కరణమునకుఁ గడంగిన మహాపురుషు లెందఱో ధనాభావముచే నిజోద్యమమునుండి విముఖత్వమును వహింపవలసిన వారలగుచున్నారు.

భౌతిక ప్రపంచమును బరిత్యజించి వల్కలధారియయి యరణ్యములఁజేరి సన్న్యసించి విటపమూలముల నివసించుచు, భూతలమున శయనించుచు, కందమూలాదులచే క్షుత్తును నివారించుకొనుచు, భగవద్ధ్యానముచే జీవయాత్రసేయు యోగికిఁ దప్ప లోకమందుండు ప్రతివ్యక్తికి ధన మపేక్షణీయమయి యున్నది.

నేఁటి భారతవర్ష మజ్ఞానపూరితమయి, దుర్దశ ననుభవించుటకు దారిద్ర్య మొక ముఖ్యకారణము. భారతవర్షము నందుఁ బుట్టి పెరిగి విశ్వవిజ్ఞానాభ్యుదయమునకు సహకారభూతములు గావలసిన లలిత కళ లెన్నియో దరిద్రులగు భారతీయ లలితకళోపాసకుల హృదయ క్షేత్రముల బీజరూపమునం దుండియే దోహదము లేక యంకురింపఁజాలక దగ్ధమయిపోయినవి.

నిద్రిత మూషిక సంఘముపై లంఘించు బిడాలము వఱువునను, హరిణశాబక బృందమునం జొరఁబడు క్షుధార్త వ్యాఘ్రుంబు మాడ్కి దారిద్ర్య మహాపిశాచము మానవ సంఘమునం జొచ్చి దయాశూన్యహృదయముతో దురంతము లగు ఘోరోపద్రవముల నుప్పతిలఁజేసి దీనుల ప్రాణముల నెన్నింటినో సంహరించుచున్నది.

యువకు లీమర్మము నెఱింగి పిత్రార్జిత సంపదల దుర్వ్యృత్తులకయి వినియోగింపకయు, సంపదలు లేనపుడు సద్వృత్తులచే ధనమును సముపార్జించుటయు శ్రేయస్కరము. నిర్ధనుని జీవిత మెట్టి దుఃఖసంకులమో విలోకింపుడు.

"నిర్ద్రవ్యం పురుషం సదైవ వికలం సర్వత్ర మందాదరం
తాత భ్రాతృ సుహృజ్జనాదిరపి తం దృష్ట్వా న సంభాషతే,
భార్యా రూపవతీ కురంగనయనా స్నేహేన నాలింగ్యతే,
తస్మా ద్ద్రవ్య ముపార్జయాశు సుమతే. ద్రవ్యేణ సర్వే వశాః."

"ధనము లేని పురుషున కెచ్చటను గౌరవము లేదు. తండ్రి, సోదరులు, స్నేహితులు మున్నగువారు గూడ జూచి పలుకరింపరు. భార్య ప్రేమాలింగన మొసంగదు. కాన నో బుద్ధిమంతుడా! ధనము నార్జించుము. ధనముచే నెల్లరు వశు లగుదురు."

దారిద్ర్యముచేఁ బండితుని పాండిత్యప్రావీణ్యమును, కవీశ్వరుని కవితానైపుణియు, యోగ్యుని యోగ్యతయు, భద్రమానవుని సౌజన్యమును వ్యక్తపడఁ జాలవు. పేదఱికముచేఁ జిత్తశాంతియు, శీలమును, మానమును నశించుచుండుట నిత్యవ్యవహారమున మనము విలోకించుచునే యున్నారము.

నేఁడు ప్రపంచము సర్వేశ్వరునికంటె, జ్ఞానముకంటె, స్వప్రాణముకంటె ధనమునే ప్రాణప్రదముగఁ గామించుచున్నది. ధనమునకు బాహ్యముగా నీసృష్టియం దెట్టి సారభూతమగు పదార్థమును జనసామాన్యమునకు గోచరించుటయే లేదు. ధనము దుష్టులహస్తమునం దున్నపుడు లోకపవినాశనమునకుఁ గారణ మగుచుండుటచే నీచపదార్థముగనే భావింపఁబడవలసివచ్చుచున్నది.

ఆ ధనమే పండితుఁడును, బుద్ధిమంతుఁడును, జ్ఞానియు, ఉదారుఁడును నగు పురుషోత్తము నాశ్రయించినపుడు లోకోకారమునకు వినియోగింపఁబడుచు సర్వలోక వందనీయమగు పదార్థముగఁ బరిణమించుచున్నది. మహాత్ముల సంపదల పరిభావము వర్ణనాతీతము. ఔచిత్యమునకు, వితరణమునకును, సత్పాత్రదానమునకును, విశ్వహితమునకును నుపయోగపడని కనకముద్రికలు మంటిపెల్లలకంటె హీనములు.

ధనతృష్ణయే నేఁటి సామ్రాజ్యవాదమును విస్తరింపఁజేసి తన్మూలమునఁ బ్రపంచమునం దంతట భీషణహత్యాకాండమును, రుధిరస్రవంతులను, హృద్విదారకములగు నాక్రందనధ్వనులను గలుగఁజేసినది. ధనము దుర్విషయములకయి వెచ్చించుటవలననే మానవుని హృదయమందు సీమరహితమగు వైభవతృష్ణ యుదయించుచున్నయది. సద్వియోగ నీతిపరాయణుఁడును, మితవ్యయ శీలుండును నగు వ్యక్తిజీవితము ధనతృష్ణాపరివేష్టితమయి ప్రపంచశాంతిని భంగమొనరింపఁ జాలదు. లోకమందు దొరలు ఘోరోప

దరిద్రములకు మానవుని దుర్బుద్ధియే కారణమగుఁగాని ధనము హేతువు గాఁజాలదు.

కావున "సర్వే గుణాః కాంచన మాశ్రియంతి" యను గురుజనవాక్యము సత్యమని విశ్వసించి యువజనులు ధన సంపాదనమును సయితము తమజీవిత ముఖ్యకర్తవ్యములలో నొకటిగ భావించుటుచితము. బెల్లమున్నపుడే చీమలుచేరురీతి, నీరుగల తటాకమునందే కప్పల బెకబెక లన్నట్లు ధనవంతులకే జనులెల్లరు మిత్రులును, బంధువులును, పరిచారకులును నగుటకుఁ గోరుకొనుచుందురు.

"ఉ॥ శ్రీగల భాగ్యశాలిఁగడుఁ జేరఁగవత్తురు తారుదారె దూ
రాగమన ప్రయాసమునఁ గాదటనోర్చియునైన నిల్వ ను
ద్యోగముచేసి రత్ననిలయుండని కాదె? సమస్తవాహినుల్
సాగరుఁ జేరుటెల్ల మునిసన్నుత మద్గురుమూర్తి భాస్కరా!"

ధనము లేనివారినిఁ గన్నెత్తిచూచుటయే మహాపాప మని నేఁటివారి యూహ. ఇట్టి యధమాధమభావమునకు బద్ధుఁడయియుండు మానవుని జీవితము కడుంగడు గర్హ్యము. ధనసంపాదనమే జీవితలక్ష్యమనియు, ధనసంరక్షణమే ప్రధాన కర్తవ్యమనియుఁ దలంచి, పాపపుణ్యవిచారము లేక, జ్ఞాన విజ్ఞాన సంపాదనమును విస్మరించి, వివిధమానవ ధర్మానుష్ఠా నమునుండి విముఖత్వమును వహించి లుబ్ధులయి మనుచుండు వారి జీవితములు నింద్యములు.

పురుషుఁ డర్థమునకు దాసుఁడయి యుండక నిజజీవిత సౌమ్యసౌఖ్యమునకును లోకకల్యాణమునకును వివిధధర్మ ముల ననుష్ఠించుటతోఁ బాటు విత్తనమును గూడఁబెట్టు

కెంతయు ముఖ్యము. ధీరుఁడును, ధీమంతుఁడును నగు యువకుఁడు ధనముయొక్క సృష్టి స్థితి లయములకు హేతుభూతుఁడయి యుండుచు "అర్థస్య పురుషో దాసః" అను గురుజన వాక్యమును వ్యర్థమొనరింపవలయును.

మానవుని బుద్ధివివేకముల ననుసరించియే ధనముయొక్క మూల్యామూల్యములు హెచ్చుచుఁ దగ్గుచు నుండును. ధనమే సర్వస్వ మని యెంచి ధర్మదూరులయి, కర్కశ హృదయులయి, క్రూరులయి రాక్షసులవలెఁ గనికరింపఁదగిన విపద్గ్రస్తులగు నిరుపేదల వేడిరక్తబిందువుల గుటగుటఁ ద్రావుచు విత్తమును గూడబెట్టి, దాని ననుభవింపకముందే పాప భారముతో జీవసహజమగు మృత్యుముఖమునఁ బడి పోవుచుందురు.

అట్టివారి ధనసంపాదనము వారి కెట్టి సౌఖ్యానందములఁ బ్రసాదింపక వారిని నరకమున కాహ్వానించుటయందు విశేషముగఁ దోడ్పడుచుండును. న్యాయబుద్ధితో లోకమునకు హానిని, భయంకరమగు నష్టమును గావింపకయే పుష్పము నుండి భృంగము మకరందమును గ్రోలుభంగి సౌమ్యపద్ధతిచే విత్తము నార్జించు టుత్తమము. ఇది తెలిసియే-ప్రాజ్ఞులగు మనయార్యు లిట్లు వచించియున్నారు.

"గీ॥ జరయు మృతియు లేని♦జనునట్లు ప్రాజ్ఞుండు
ధనము విద్యఁ గూర్పఁ ♦దలఁపవలయు
ధర్మ మాచరింపఁ♦దగు మృత్యుచేఁ దలఁ
బట్టి యీడ్వఁబడిన♦వాఁడువోలె".

మూర్ఖు లనేకులు దూరదృష్టి లేనివారలయి న్యాయ సంగతముగ సంచరించుటచే ధనములభింపఁజాలదని భ్రమించు చుందురు. దుర్వృత్తియందును, దుష్టవ్యాపార మందును, కపటనటనమందును నపారమగు లాభముగలదని వారి వెఱ్ఱి తలంపు. తెలివిలేమియే వారి కిట్టి గ్రుడ్డితలంపు నొదవించినది.

లోకకల్యాణమయ ధర్మములను బోధించునట్టి సద్గ్రంథమును రచించి విద్వాంసుఁడు న్యాయసంగతమగు వెలకు విక్రయించి వలసినంత ధనమును సంపాదింపవచ్చును. కవీశ్వరుఁడు భక్తిరసపూరితమును, నీతిదాయకమును, విజ్ఞానభావపరిపూర్ణమును, శిరీషకుసుమపేశలములగు పదసమన్వితంబును నగు సత్కావ్యమును రచించి తన్మూలమున సాధుజీవయాత్ర కావశ్యకమగు విత్తమును సేకరింపవచ్చును. న్యాయపూర్వకమగు వాణిజ్యముచే విపులధనమును గడింపవచ్చును. ఇవన్నియు లేవేని విశ్వాసపాత్రమగు సేవకవృత్తిచేఁ గుటుంబపోషణమున కవసరమగు డబ్బును మూటఁగట్టవచ్చును.

కావున ధర్మమార్గమున విత్తోపార్జనము సులభసాధ్యముగా దనుట వెఱ్ఱి. గృహస్థులకు ధనము పరమావశ్యకము. ధనము లేనిచో వారి కొక్క దినమయినఁ గడచుట కష్టసాధ్యము. మనుజుఁడు తా ననుభవించుటకును, మఱొక్కని ననుభవింప నిచ్చుటకును ధన మావశ్యకమయి యున్నది. ధనవంతుఁ డుత్తముఁడయినపుడే జడములగు వాని సంపదలు సద్వినియోగ మొనరింపఁబడి వాని జీవితమును సర్వజనపూజిత మొనరించును.

నేఁడార్యావర్తమునఁ జతుర్దిశల విననగుచున్న హాహాకారములు, ఆర్తనాదములు, ఆక్రందనధ్వనులు, అన్నమో రామచంద్రా యను గోల లాఁకటిచిచ్చుచే మండి మాడిపోవుచున్న దరిద్రభారతీయ సహోదరుల హృదయాంతరాళముల నుండి బహిర్గతములగుచున్న యాచనాధ్వనులే సుడీ! ధనముయొక్క కొఱంతచే నేఁడెందఱో వృద్ధులు, యువకులు, యువతులు, బాలబాలికలు పాషాణచిత్తయగు దారిద్ర్యదేవతకు ఘోరముగ బలియగుచుండుటఁ జూడ, జీవనసామాన్యమగు కరుణాలేశమయిన మనహృదయములయం దున్నచో నవి ద్రవియ్యక మానవు.

లోకమందు వ్యాపించుచుండు కొన్ని రోగములను' దుఃఖములను, మరణములను, నిరుత్సాహమును, నిరాశను' దుర్బలత్వమును బాపుటకు ధనము సమర్థమయి యున్నది. కావున యువకులు తమజీవిత ధర్మములలో న్యాయసంగతమగు ధన సంగ్రహము నొకదానిగా నెఱుంగఁ దగును. ఆదర్శమగు నున్నత విద్యాభ్యాసనముచే యువకుని యైహికాముష్మిక జీవితావసరములెల్ల సులభముగాఁ దీఱఁగలవు.

"తే॥గీ॥విద్య యొసఁగును వినయంబు ♦ వినయమునను
బడయుఁ బాత్రత, పాత్రత ♦ వలన ధనము
ధనమువలనను ధర్మంబు ♦ దానివలన
నైహికాముష్మిక సుఖంబు ♦ లందు నరుఁడు.

మనప్రాచీనుల యుద్దేశ్యము ననుసరించి విచారించి చూచినను ధన మొకవిధముగ మోక్షసాధనము గూడఁ గాగలదని విశద మగుచున్నయది. దీనులకు, హీనులకు

విద్యావిహీనులకు, వృద్ధులకు దుర్బలులకు, వ్యాధిగ్రస్తులకు వికలాంగులకు, విధవలకు భౌతికప్రపంచమున ధనమే మహా బలము.

ఇయ్యది దుర్బలుల జీవకళాశూన్యములగు హృదయములందు నవీనబలతేజ స్సంచార మొనరించును. విచారగ్రస్తుఁడగు యువకుని కాంతివిహీనమగు ముఖారవిందమును బ్రఫుల్లిత మొనరించును. అనాథలగు విధవల కన్నీటిధారల శోషిల్లఁ జేయును. కావున ధనము సయితము భౌతిక జీవిత నిర్వాహణమున కావశ్యకమగు ముఖ్యసాధనమని యెంతటి మూఢుఁడయినను స్పష్టముగా గ్రహింపఁగలఁడు.

నవశిక్షితులగు యువజనులు మాతాపితలచే సము పార్జింపఁబడిన సంపదల వశ మొనరించుకొని విపణివీథుల కేగి, మనస్సునకు వచ్చిన ట్లెల్ల విచ్చలవిడిగా వెచ్చఁబెట్టుచుందురు. అట్లు వి త్తమును దురుపయోగముఁ గావించుచు దుశ్చరిత్రులగు యువకులు నూతన సంపాదనమునకయి యధర్మమార్గముల నవలంబించుచుందురు. ఆదాయముకంటెఁ దక్కువ వ్యయ మొనరించుటయు, తనకుఁగల వి త్తమును సద్వినియోగ మొనర్చుటయు సంపాదనమునకు ముఖ్యలక్షణమని యర్థ శాస్త్ర ముపదేశించుచున్నది.

అర్థశాస్త్రపరిజ్ఞానము లేనట్టి యువకుఁడు తన చేతి యందలి ధనమునుబట్టి తన యవసరముల నిర్ణయించుకొను చుండును. కాని యార్థికపురుషుఁడు తొల్లింటికంటెఁ దనవద్ద విశేషమగు ధనము కూడినను బూర్వావసరములకంటెఁ దన ప్రస్తుతావసరముల వృద్ధిఁగావించుకొన నొల్లఁడు. ధనవిహీన

తచేఁ గలుగు కష్టనిష్ఠురముల మానసనేత్రముల వీక్షింపఁ గలిగిన వ్యక్తి దుర్వినియోగశీలుఁడు గాజాలఁడు. పుష్కలముగా నర్థమును గలిగియున్నవారు తద్ధన దుర్వినియోగ వ్యసనము కలిగినపు డీ క్రింది పద్యమును స్మరించు టుచితము.

"ఆ॥వె॥ ధనము లేమిఁ గులము తక్కువ పడవచ్చు
ధనము లేమిఁ గీర్తి తొలఁగిపోవు
ధనము లేమి శుచిని దగ బుద్ధి నీయదు
ధనము లేమి ఘనము తప్పు వేమా!."

మనకుఁ గల ధనమును సన్మార్గానుసరణముచే వృద్ధి గావించుకొనుట యుచితమే యగుఁగాని జీవితలక్ష్యమునంతయు నందే కేంద్రీభూత మొనరించుట యవివేకము. మన మనోవృత్తు లెప్పుడు నావిత్తవ్యామోహపాశములఁ దగులుకొనిన మన యున్నతిమార్గ మరికట్టఁబడఁగలదు. ఇట్లనుట కనకముద్రికల గాజుపెంకులవలెఁ బారవేయుమని నాయుద్దేశ్యము గాదు.

ధనము సయితము ప్రపంచ వ్యాపార వ్యవహార నిమిత్తము ప్రయోజనీయమగు వస్తువనియు, భౌతికజీవిత నిర్వహణమున కొక ముఖ్యసాధనమనియు వచించియుంటిని. మనుజుఁడు నిరంతరము ధనసంపాదన వ్యామోహపిశాచ బాధితుఁడయి యుండరాదు. విత్తోపార్జనము నొక ధర్మముగ నెఱింగి యథోచితముగ దానిని సంపాదించు ప్రయత్నమునకు నుపక్రమించుట మనుజుని కర్తవ్య మగుఁగాని నిరంతర మద్దానినిగూర్చి చింతించుచు లేమికి దుఃఖించుచుఁ గలిమికి గర్వించుచుఁ ద్రికరణముల ధనదేవత పాదసాన్నిధ్య

మున బలిదానమొనర్చి లక్షీ్ర్మహస్తములందలి జడమూర్తి యగుట భావ్యము గాదు.

మనుష్యుఁ డే వస్తువును సముపార్జింపఁ గడంగినను వాసనా శూన్యుఁడయి యుండు టావశ్యకము. ప్రగాఢమగు తృష్ణచే మానవుఁ డంధుఁడయిపోవ వానియభీష్టమే వానిని హతు నొనరించును. ఉభయలోకసహాజములగు పవిత్రకర్మల నాచరింప ననాసక్తభావముతో విత్తము నార్జించుట శ్రేయస్కరము. కారణమేమి?

"ధనవా న్బలవాన్ లోకే సర్వః సర్వత్ర సర్వదా,
ప్రభుత్వం ధనమూలం హి రాజ్ఞా మప్యుపజాయతే.
న హి తద్విద్యతే కించి ద్యదర్థేన న సిద్ధ్యతి,
యత్నేన మతిమాం స్త్యా దర్థ మేకం ప్రసాధయేత్."

"సర్వత్ర సదా ధనవంతుఁడే బలవంతుఁడు. రాజులకును ప్రభుత్వము ధనమూలముననే లభ్యమగుచున్నది. ఈ ధనము లేనిదే యే యర్థమును గించిన్మాత్రమును సిద్ధింపనేరదు. యత్నముచే మతిమంతుఁడు గావచ్చును. కావున ధనమును సంపాదింపవలసియున్నది."

ప్రతి యువకుఁడు నున్నతాశయుఁడయి, ఋణగ్రస్తుఁడుగాక, తన మానమర్యాదలను ఋణమునుగూర్చి కోల్పోవక యుండుట మంచిది. అనేకులగు బుద్ధిమంతులు, పండితులు, జ్ఞానులు ఋణబాధచే దిగులొంది, వ్యాధిగ్రస్తులయి దుర్మార్గులగు ఋణదాతల తిరస్కార నిరసనములకు లోనై పడరాని బాములఁ బడుచుండుట నేను ప్రత్యక్షముగాఁ గాంచియున్నాఁడను.

ఋణపీడితుని స్థితి వ్రణబాధ ననుభవించువాని దశ కంటెను, మహోజ్జ్వలాగ్ని కుండమునఁ బడిపోయినవాని దుర్దశకంటెను మహాఘోరమయినది. అభిమానముగల వ్యక్తి యాత్మగౌరవము నెఱింగినవాఁడగుటచే మృత్యుముఖమందలి కబళ మగుటకేని సమ్మతించునుగాని ప్రస్తుతప్రపంచమున ఋణపరిగ్రహణమున కంగీకరింపఁజాలఁడు. ఎల్లరీతుల ఋణ మాత్మసంస్కరణప్రియులగు యువకుల దేహమన శ్శక్తుల హరించి వైచి వారి వివేకాభ్యుదయమార్గములకుఁ దీఱనియడ్డుఁ గల్పించుచున్నది.

ఋణగ్రస్తుని చిత్త మెపుడును జింతాభరమున సుళ్లిక్కు చుండుటచే నతఁడే వ్యాపారమును, కర్తవ్యమును సక్రమముగా నిర్వహింపఁజాలఁడు. ఋణ మతనివెంట భయంకరాకారమును దాల్చి పెనుభూతమువలెఁ బడి పీడించుచుండఁ గలదు. అయ్యది వానిని ముప్పతిప్పలఁ బెట్టి బ్రతుకుయెడ రోఁతఁ బుట్టించును.

ప్రపంచమునం దధికముగా సాధారణ గృహస్థుల యందుఁ దటస్థించునట్టి యకాలమృత్యువులకును, భయంకరాత్మహత్యలకును ఋణమహాపిశాచముయొక్క యాక్రమణ మొక ముఖ్యకారణ మని వచింపవచ్చును. విద్యార్థుల నెందఱో ఋణబాధచే నున్మత్తులయి పోయినారు. మన ప్రాచీన భారతీయకవులెందఱో తమ కుటుంబములఁ బోషించుకొన నసమర్థులయి, వేశ్యలవలె మానాభిమానములఁ బాసి ధనవ్యాపారము సేయువారికడ ఋణమును బరిగ్రహించి

ఘోరావమానములకు గుఱియగుచుండినటుల వారి జీవిత చారిత్రముల వృత్తాంతములు కొన్ని బోధఁజేయుచున్నవి.

విలాస ప్రియత్వమును బాసి, సాధువృత్తి నవలంబించి స్వచ్ఛందవర్తనులయి జీవయాత్రసేయు మనుజులు ధన్యులు. అట్టి సుఖసంపన్నుల స్వేచ్ఛాజీవిత చారిత్రములఁ బఠించు వారికి ఋణముచేఁ బ్రాప్తించు రాజాన్నముకంటెఁ జప్పిడి యన్నమే ఘనమనియు, పరుల కృపాకటాక్షముచేఁ బ్రాప్త మగు సుధారసముకంటె స్వార్జితమగు గంజియే కడు మేల నియు విశదము కాఁగలదు.

ఇంగ్లాండు దేశముయొక్క సుప్రసిద్ధ కవీంద్రుఁ డగు గోల్డుస్మిత్తు తన జీవితకాలమునంతయు దుర్భరమగు ఋణ బాధ ననుభవించుటయందే గడపివైచెను. ఋణపీడచేఁ గృశించియున్న యతఁ డొకతూరి స్వీయసహోదరున కిట్లొక లేఖ వ్రాసియుండెను :—

"సోదరా! నీవు నాకంటెఁ బ్రాయమునఁ బెద్దవు. లోకానుభవమున నీకంటె నల్పవయస్కుఁడ నగు నన్ను నీవు మించియుండవలసినది. కాని సక్రమ భౌతిక జీవిత విధాన మునుగూర్చిన స్వానుభవ పూర్వకమగు పరిజ్ఞానమును సంపా దించుటయందు నీ వింతపర్యంతము శ్రద్ధవహించినట్లే గోచ రింపదు. నీ కుమారుఁడు స్వేచ్ఛావిహారియయి, విలాస ప్రియుఁ డయి, దుర్జన సాంగత్యమున కలవడి నీధనమునంతయు రెండుచేతుల విచ్చలవిడిగఁ జల్లిగవ్వలవలె వెదఁజల్లివైచు చున్నాఁడు.

అతఁడు దుశ్శీలుఁడయి నీచే సముపార్జింపఁబడిన సంపదల వెచ్చించుటయేగాక ఋణపరిగ్రహణ మను దుష్టవ్యసనమునకుఁ గడంగినను నీ వేల నిరుపయోగమును, మీఁదు మిక్కిలి హానికరమును నగు పుత్రవ్యామోహమునకు వశుఁడవయి, వాఁ డొనరించు దుశ్చేష్టల కడ్డుఁ జెప్పక తటస్థముగా నుంటివి? పుత్రక్షేమమును గోరువాని కిదియా ధర్మము?

ఋణబాధ యెట్టిదో యెఱుంగకుండుటయే నీ మౌనధారణమునకు ముఖ్యహేతువయి యుండవచ్చును. ఋణపరిగ్రహణ వ్యసనమును బీజరూపమునం దున్నపుడే నశింపఁ జేయనిచో నది యంకురించి పెరిగి వృక్షమయి దుఃఖపరాభవ దండనాది దుష్ఫలముల ఫలింపఁగలదు. బీజ వపనకర్తకా దుష్టఫలము లవశ్యభోక్తవ్యము లగును.

సరిగా ధరింప వస్త్రమును, భుజింప నాహారమును, నివసింప గృహమును లేక దీనుఁడయి, దిక్కుమాలిన పక్కివలె బిచ్చగాఁడయి తిరుగు నీతమ్ముఁడ నగు నన్నుఁ గాంచియయిన నీపుత్రునకు ధన సద్వినియోగ పాఠమును, ఋణపరిగ్రహణ వ్యసన నైచ్యమును బాగుగా బోధించుము. లేదేని నీ వొక దినమునఁ బ్రాణప్రియుఁడగు నీపుత్రసమేతముగ ఋణగ్రస్తుఁడవయి నరకబాధల ననుభవింపఁ గలవు.

అప్పా! నీకుమారుని సంస్కరించు నిమిత్తము నాజీవితమునే సముజ్జ్వల దృష్టాంతముగఁ బరిగ్రహింపుము. నేను సద్గ్రంథ సముదాయముచే నిస్స్వార్థభావమును, సముదార బుద్ధిని సంపాదించియుంటినేగాని మితవ్యయ శీలత్వమును దూరదర్శిత్వమును నేర్చియుండలేదు. నేను తత్త్వార్థినయి

కూర్చుండునంతనే నిర్దయులును, ధర్మదూరులును, స్వార్థాంధులును నగు వ్యాపారులు నన్ను ఋణగ్రస్తు నొనరించి నాజీవితము నొక్క-సారిగఁ గబళించివేయ సిద్ధపడియున్నారు.

నే నార్థిక పరిస్థితులయందు సామాన్యుఁడనయి యుండియు లోకానుభవము లేనివాఁడ నగుటచే శక్తిని మించిన యౌదార్యముచేఁ బిత్రార్జితమును, స్వార్జితమును నగు ధనమునంతయు నర్థించిన వారికెల్ల లేదనకుండ నొసంగివైచితిని. ఇపుడు రాగినాణెములకు భిక్షుకుఁడనయి ఋణదేవతా భయంకర వదనమును నిరీక్షించుచున్నాఁడను. నాయెడఁ గృతజ్ఞులు కానట్టి పరమస్వార్థుల నిమిత్తమే సంపదల నోడి నేఁడు హతభాగ్యుఁడనయి దారిద్ర్యముచే సంప్రాప్తములగు సకల దుఃఖముల ననివార్యముగా ననుభవించుచున్నాఁడను.

నే నిపుడు సహస్రవిధముల యత్నించి ఋణబాధ నుండి విడివడఁ జూచుచున్నాఁడను. దైవానుగ్రహమును, దృఢ సంకల్పపూర్వకమగు మత్కృషియు నాకీ మహాపవిత్ర కార్యమునఁ దోడ్పడఁగలవనియే మద్విశ్వాసము.

అన్నా ! నాహెచ్చరిక కడు ప్రయోజనకరమయినది.

ఋణబాధ వ్రణబాధకంటె నసహ్యము; దుర్భరము. కావున ఋణ మొనరింపరాదు.

"Debt is the worst kind of poverty
Out of debt' out of danger."

—Long fellow.

"ఋణము నికృష్టతమంబగు దారిద్ర్యము. ఋణబాధ లేనివాఁ డాపచ్ఛూన్యుఁడు." (లాంగుఫెలో.)

ప్రశాంతమును, సుఖపూర్వకమును నగు జీవితమును గడప నభిలషించు యువకు లెల్లరుఁ దమకు వచ్చు రాబడి కంటె నధికముగా వెచ్చింపరాదు. మనుష్యుఁడు జ్ఞానమును, బుద్ధిని సంపాదించిన కొలఁదియు సంకీర్ణమగు భౌతిక జీవిత వాతావరణమునుండి విడివడి సరళతనుంబగు నాధ్యాత్మికప్రపంచమునఁ జొరఁబడఁగలఁడు. అట్టిచో వాని యవసరములు తగ్గిపోవ నమితవ్యయమును దూరమగును.

పొరపాటుచే నయిన నిత్యాభ్యాసమును మించి, విశేష ప్రయోజనములేకయే యెట్టి విత్తవంతుఁ డయినను రాగిడబ్బునయిన వ్యయపఱచరాదు. అట్టి నియమమును భంగ మొనరించువారి జీవిత మనుదినము ఋణమునకు వశీభూతమయి, అమితవ్యయశీలమయి, దుఃఖభాయిష్ఠమయి పోఁగలదు. ఋణ మొక ముఱికికాలువ వంటిది. ముందునకుఁ బ్రవహించినకొలఁదియు నది పెచ్చుపెరిగి పోవుచుండును.

ఋణగ్రస్తుఁ డగువానికి మానాభిమాన లజ్జాదికము లుండనేరవు. వాఁ డొక జడప్రతిమను బోలియుండఁగలఁడు. వానికీర్తి మంటఁగలియును. వాని వంశమున కప్రతిష్ఠ కలుగును. వాఁడు జనధిక్కారమునకుఁ బాత్రుఁ డగును. సంఘమునఁ దనకుఁగల గౌరవమును గోల్పోవును. మితముగ వ్యయ మొనరింపఁబడు ధనము మానవజీవితరక్షణమునకును అమితముగ వెచ్చింపఁబడు విత్తము మనుష్యజీవన భక్షణమునకును నుపయోగపడును. లోకానుభవసంపన్నుం డగు పురుషుని విషము మధురమా? ఋణము మధురమా ? యని

ప్రశ్నింప బుణము నెదుటఁ జక్కెరకంటె విషమునే తియ్యని పదార్థమని యంగీకరింపఁగలఁడు.

నేఁటి పాపపు వడ్డీలచే ధన మెట్లు మనస్సునకును బుద్ధికిని స్ఫురింపకయు, స్థూలదృష్టికిఁ గానరాకయు వృద్ధి యగుచున్నదియు వచింపఁజాలము. వడ్డీచే వచ్చు ధనప్రవాహము కాలప్రవాహమువంటిది. ఆత్మసంస్కరణనిరతుఁడయి యుండు యువకునకు నిర్ధనత్వ మెంతమాత్రమును బాధాకరము గాఁజాలదు. స్థిరమగు జ్ఞానముగల యువకునకు భుక్తికి సరిపడునంత సంపత్తి యున్నచో వాఁడు తన కర్తవ్యనిర్వహణమున భయముఁ జెందవలసిన యవసర ముండ నేరదు.

ఆత్మజ్ఞానముచేతను, నిరంతరోద్యోగమునను బుద్ధిమంతుఁడగు యువకుఁడు దారిద్ర్యాంబుధిని దరించి ధనాఢ్యుఁడు గాఁగలుగుచున్నాఁడు. జన్మమాదిగ ధనాఢ్యుఁడుగ నుండి విద్యావివేకముల సంపాదించు యువకునందుకంటె బాల్యమాదిగ దరిద్రుఁడుగనుండి స్వశక్తిచే ధనము నార్జించిన యువకునందుఁ బరోపకారము, దయ, సహానుభూతి, వినయము, త్యాగము మొదలగు సద్గుణములు విశేషముగా నుండుచుండును. ఈ విషయమును గూర్చియే ప్రాచీనవిద్వాంసుఁ డొకఁ డిట్లు నుడివియున్నాఁడు.

> "శక్తిం కరోతి సంచారే శీతోష్ణే మర్షయ త్యపి,
> దీపయ త్యుదరే వహ్నిం దారిద్ర్యం పరమౌషధం."
> ఐశ్వర్యతిమిరం చక్షుః పశ్యన్నపి న పశ్యతి
> తస్య నిర్మలతాయాంతు దారిద్ర్యం పరమౌషధం.

"దారిద్ర్యమను మహౌషధము సంచారశక్తిని గలిగించును. శీతోష్ణబాధను హరించును. జఠరాగ్ని నుద్దీపింపఁ

జేయును. ఐశ్వర్యమను తిమిరదోషము (పొరగప్పుట)చే దూషితమగు నేత్రము చూచియుఁ జూడఁజాలకున్నది. దానిని నిర్దోష మొనర్చుటకు దారిద్ర్యమే గొప్ప యౌషధము.”

యువకు లింతమాత్రముచే దారిద్ర్యమును సంపాదన యోగ్యమగు సత్పదార్థముగ భావింపరాదు. యథాశక్తి దాని దుష్టసంసర్గమునుండి దూరముగా నుండుటకే యత్నింపవలయును. లేమిడిచే మానవుని మనఃప్రవృత్తి శ్రమశీలత్వము వైపున కెక్కుడు విజృంభింపఁగలదు. ఒక మహాపండితుఁడు దారిద్ర్యమునకును, యోగ్యతకును విశేషమగు సంబంధము కలదని వచించియున్నాఁడు.

పేదఱికమునందుండి మనుజుఁడు కష్టసహిష్ణుత్వము నభ్యసింపఁ గలిగినట్లు సంపన్నస్థితియందుండి నేర్వఁజాలఁడు. జ్ఞానపూర్వకముగఁ గృషి సలుపనిచో మనుజునకు దారిద్ర్యమెట్టి ప్రయోజనమును గలిగింప లేదు. మన దేశమునం దనాదికాలమునుండియు నేఁటిదనుక నవతరించియున్న మహాపురుషులందును, తత్త్వశాస్త్రవేత్తలందును, కవిప్రకాండులందును విశేషసంఖ్యాకులు నిర్ధనులె.

ఋష్యాదు లెల్లరు ధనధాన్యాదికములఁ గలిగియుండలేదు. కోరినంతనే వారు సులభముగా విపులసంపదల స్వీయశక్తిప్రభావముచే సమకూర్పఁ గలిగియుండెడివారు. వారియందు ధనసంగమశూన్యతచే నాత్మబలము మిక్కుటముగా నెలకొనియుండెడిది.

ఒకతూరి వికృతాకారుఁడగు నొక ఋషీశ్వరుని భూపాలుఁ డొకఁడు రాజసభ కాహ్వానించెను. మసిబొగ్గువలె నున్న ఋషిసత్తముని నల్లని మేనిచాయను గాంచి ధరణీపతి పక్కున నవ్వెను. సుస్థిరుఁడయి భద్రాసనముపై నుపవిష్టుఁ డయి యున్న ఋషిపుంగవు నా పరాభవసూచకమగు పరిహాస మెంత మాత్రమును జలింపఁజేయఁజాలక పోయెను. ధరణీధవుఁ డా తాపసోత్తముని యచంచలభావ గాంభీర్యమును విలోకించి చకితుఁడయి ఋష్యాగ్రణీ! కారణములేక నవ్విన నా యశిష్టాచారమును క్షమింపుఁడని యంజలిబద్ధుఁ డయి వేడుకొనియెను. దాని కా జడదారి యిట్లుత్తర మొసంగెను:—

"రాజా! సర్వజీవాశ్రయమూలమును, విశాలమును నగు భూమి నల్లనిరంగు గలది. నా దేహము సయితము మట్టి వర్ణముచే నొప్పుచున్నయది. రేపో మాపో నా యీ కాయము ధరాగతమగునని నే నెఱుంగుదును. ఈ పరిహాసముచే నాకుఁ గలిగిన లఘుత్వమును, నీకు లభించిన గురుత్వమును గానరాదు. సువర్ణచ్ఛాయగల దేహములును భస్మరాసికే యని నీవు గుర్తించియున్నచో నీరీతి దంతపంక్తుల నొక్కసారిగ సభాసదులకుఁ జూపియుండవు."

ఋషీశ్వరుని దేహనశ్వరత్వప్రబోధముచే మానవునకు జ్ఞానసంపాదనము నిమిత్తమే దేహమును పోషించుటకు వలయునంతటి ధనమే యావశ్యక మగుచున్నదనియు, విలాసాదుల నిమిత్తము ధన మపేక్షణీయము గాఁజాలదనియు స్పష్టపడుచున్నది. విద్వాంసు లనేకులు తత్త్వప్రసంగ చింతన

ధ్యానములందు నిరంతరము సంలగ్నులయియుండి సమయము నకు లభించిన శుష్కాహారమును భుజింప నలవడియుందురు. అట్టి మహాత్ములయెడ దారిద్ర్యము దుఃఖదాయక మను గురువాక్యము సార్థకము కాఁజాలదు.

ధనవిహీనతచేఁ బ్రాపంచకుల మనోవేగము సామా న్యముగా సంస్కరింపఁబడుటయుఁ గలదు. దీనిచే మనుజులు సహానుభూతిని, సహిష్ణుత్వమును నేర్చి కర్మయోగ సాధన ముచేఁ దమ దుఃఖాంబుదములఁ బటాపంచ లొనరించు చున్నారు. అట్టిస్థితియందు మనుజుఁ డన్యుల దుఃఖము నాత్మ దుఃఖముగ నెఱింగి లోకోపకార క్రియకు సన్నద్ధుఁడు కాఁగలఁడు.

లోకసంచారముచే మనుజుఁ డనేక కష్టములఁ జెంది, నిష్ఠురములకు గురియయినఁగాని పరులయొక్క కష్టముల గ్రహింపనోల్లఁడని తెలిసియే విజ్ఞానధనులగు మనపూర్వులు మతావేశ పరతంత్రులమగు మనకుఁ దీర్థయాత్రల నెపంబున దేశభ్రమణమును విధించియున్నారు.

అర్థరాహిత్యముచే సహజముగఁ బ్రలోభనములఁ బడఁద్రోయు సాధనములనుండి మనము రక్షింపఁబడఁగలము. ధనములేనివారియం దనేకులు ప్రకృతి పరిశీలనమందును, సద్గ్రంథావలోకనమందును, సదుద్యోగమందును బ్రహ్మానం దము ననుభవించుచుండుట మనము విలోకించుచునే యున్నా రము. పేదఱిక మిన్నిలోకోత్తరములగు ప్రయోజనముల జ్ఞాన సంపన్నులకుఁ గలిగించుచుండ, వివేకశూన్యులగు దుర్బుద్ధుల కిద్దానికి విపరీతపరిణామము నే గలుగఁజేయుచున్నది.

బుద్ధి హీనులకును, జ్ఞానశూన్యులకును ధనము లేకపోవుటచే నరకవేదనముల ననుభవింపవలసివచ్చును. వారి చిత్తములు వజ్రకఠోరములయి తృప్తి, దయ, కరుణ, ప్రేమ మొదలగు కోమల సుగుణప్రసూనములఁ బాసి, ఎట్టి నీచ కృత్యముల నాచరించుటకేని సిద్ధపడుచుండును. అట్టి స్థితి యందు వారికి ఋణము సయితము లభింపఁజొచ్చినచో సంపూర్ణముగా భ్రష్టులగుట కెంతయో కాలము పట్టదు. వివేకము లేనివారికి విపులధనము లభ్యమయిన వా రద్దానిని లోకహాని కరములగు దుర్విషయములకయి వెచ్చించుచుండఁగలరు.

"ధనమత్తాః ప్రకుర్వంతి పాపాని వివిధాని హి,
దరిద్రా స్సర్వతో భీతా నైవ కుర్వంతి కించన."

"ధనమత్తుఁడు వివిధములగు పాపములఁ జేయుచుండును. దరిద్రుఁడు సర్వతోముఖముగ భీతుఁడయి యుండుటఁ గించిన్మాత్రమును బాప మాచరింపఁడు."

భారతజాతి కలంకారప్రాయుఁడగు నీశ్వరచంద్ర విద్యాసాగరుఁడు దారిద్ర్యమందే మహోత్సాహముతోడను మహాబలముతోడను దారిద్ర్య సంభూతములగు నిష్ఠురముల నెల్ల నెదుర్కొని, విద్యాభ్యసనమునకుఁ గడంగి, సారస్వత నిధియన విఖ్యాతుఁడయ్యెను.

అతఁడు తనజీవితమునం దెట్టి పాపమును ద్రికరణములం బాచరించియుండలేదు. దరిద్రత వాని యాత్మవికాసమునకును, సహజశక్తుల యభివృద్ధికిని, సుగుణప్రసూన సంగ్రహమునకును, లోకోత్తర కరుణామయ పుణ్యకార్యాచరణము

నకును ప్రోత్సాహకారిణి యయ్యెనేగాని యంతరాయములఁ గల్పించి యుండలేదు.

ఇంక ధనాఢ్యు లెట్లు మదాంధులయి మున్నుమిన్నుఁ గానక ఘోరోపద్రవములఁ గావించియుండరో పురాణముల గంతస్థ మొనరించు హిందువులకు వేఱుగ నుడువఁబనిలేదు. నేఁడు ప్రపంచమున సంపన్నజాతు లొనరించుచున్న నిర్దయాత్మకములగు దుశ్చేష్టల వర్ణింపఁబూనుట యుచితము గాదు. వంగరాష్ట్రమున సుప్రసిద్ధకవులన వాసికెక్కియుండిన మధుసూదనదత్తు, మీర్జా గాలిబు మొదలగువారు తమ యుక్తప్రాయమున ధనమును యథేచ్ఛగా దుర్వినియోగ మొనరించి దరిద్రులయి, స్వయంకృతాపరాధమున కాత్మగతమగు వివేకప్రభావముచేఁ బశ్చాత్తాపముఁజెంది యటు పిమ్మట నెన్నియో సుగుణ గణములను, యోగ్యతను సంపాదించి లోకామోదసంస్తవములకుఁ బాత్రులయి యుండిరి.

యువకులారా ! నే నింతవఱకు ధనమునుగూర్చి నుడివియున్న విషయములలో ధనసంపాదన మవసరమనియు, అది లేనిచో భౌతికప్రపంచముతోడ సంసర్గముగల వ్యక్తికి జీవయాత్ర సేయుట యసంభవమనియు వచించితిని. మఱొక్కచో ధనము లేకపోయినంత మాత్రమున మానవుఁడు మహాత్ముఁడగుట కెట్టి యభ్యంతర ముండనేరదనియు, కర్మయోగ పూర్వకమగు వివేకప్రభావముచే నతఁడు సంపదల సృష్టించుకొనఁగలఁడనియు నుడివియుంటిని. నా యీ రెండు సిద్ధాంతములును సత్యదూరములు గావు.

మహాత్ముఁడయినను ప్రాథమికస్థితియందు ధనము లేనివాఁడయి యున్నను గార్యసిద్ధి నిమిత్తము ధనమును సంపాదింప బాధ్యుఁడే యగును. వాఁడు ప్రయత్నముచే ధనమును సులభముగనే బడయఁగలఁడు.

యువకులారా! మీరు మీ యార్థిక పరిస్థితుల ననుసరించి సాధుజీవితయాత్రనే లక్ష్యమునం దిడికొని వర్తింపుఁడు. లోకముయొక్క ప్రతి వ్యవహారమందును ఋణపరిగ్రహణము, దుర్వ్యయము, అతివ్యయము, అధర్మయుతమగు సంపాదనము, ధనతృష్ణ, ధనమే జీవితలక్ష్యమను భావము మొదలగు భయంకర పిశాచములఁ గనిపెట్టి యుండుఁడు.

సామాన్యముగఁ దరుణవయస్కులందు వేరూని యున్న ఋణమను మహాజాడ్యమునకు నాలుగు కారణము లూహింపఁ బడుచున్నవి. అవి యేవన: ఆడంబర మగు వేషము, సత్పవ్యసన ప్రియత్వము, శృంగారపదార్థక్రయము, ఆమోదప్రమోదములు — ఈ కారణచతుష్టయమందే వేశ్యాలోలత్వము, పరకాంతాగమనము, మద్యపానము, ధూమ్రపానము మాంసాహారము, సుగంధద్రవ్య సేవనము, ఆఖేటము, ద్యూతము మొదలగు దురభ్యాసము లన్నియు నంతర్భూతములయి యున్నవి.

ఆత్మసంస్కరణముచేఁ బవిత్రచరిత్రుఁడు కాఁగోరు ప్రతి యువకుఁడును వీనిని దరిఁజేరనీయరాదు. సహస్రములగు రూప్యముల వెచ్చించి పీతాంబరముఁ గొని ధరించి తనూ్మలమున మనఃప్రవృత్తుల విలాసవాంఛలచేఁ బరి

వేష్టింపఁ జేయుటకంటె స్వల్పవిత్తముతో శుద్ధ జాతీయ వసనములఁ గాని ధరించి సాధువేషధారియయి యువకుఁడు భద్రమానవ సాంగత్యముచే జ్ఞానియయి మనుట శ్రేయ స్కరము.

మనుజుని యంతఃకరణమును, స్వభావమును, భావములను జూచి లోక మతనిని సమాదరించునుగాని వాని బాహ్యాడంబరముల విలసితములగు వేషభాషాభూషణములఁ గాంచి సన్మానింపఁ జాలదు. వస్త్రధారణము శరీరసంరక్షణమున కేర్పడినదిగాని, శృంగారవిలాస ప్రదర్శనమునకయి సృజింపఁ బడినదికాదు. ప్రకృతిపరిశీలనముచే నీరహస్య ముద్ఘాటిత మగుచున్న యది.

విరక్తులవలెను, యోగులచందమునను చినిఁగిపోయిన ప్రాతగుడ్డలను, కౌపీనమును ధరింపవలసిన యవసరము లేదు. సాధారణముగా నుండు సుందరమగు దేశీయ భద్రవేషము నం దెన్నియో యందచందములు గలవు. వస్త్రముయొక్క యాడంబరముకంటెఁ బారిశుద్ధ్యమునే ప్రాజ్ఞులు ప్రేమించుచుందురు. మానసిక సంస్కరణమునకును, సచ్చరిత్రనిర్మాణమునకును దోడ్పడని బాహ్యాడంబరములనిమిత్తమే ధనమును, సమయమును వెచ్చించువారు మనుష్యు లెట్లగుదురు ?

యువకులం దనేకులు తమ యమూల్యములగు కాలమును, విత్తమును సానివలె నుడుపులను, అత్తరుపన్నీరులను గొనుటకయి కొల్లఁబెట్టుచుందురు. జ్ఞానశూన్యులగు నట్టివారి చర్యలు వారి పశుత్వమును నంతకంటె హీనత్వమును

వెల్లడించును. మానవచారిత్ర వికాసప్రవృత్తికి విరుద్ధమగు ప్రతి భావమును నింద్యమయినదియె. విజ్ఞానపూర్వకమగు వర్తనముచే మనుష్యత్వ మేర్పడుచున్నదనుట పరమసత్యము. గురుజనవాక్యము సయితమీ నా వాదమున కొక ప్రమాణము.

"ఆహారనిద్రాభయమైథునాని సామాన్య మేత త్పశుభి ర్నరాణాం
ధర్మో హి తేషా మధికో విశేషో ధర్మేణ హీనాః పశుభిః సమానాః.

"ఆహారనిద్రాభయమైథునములందు మనుష్యులకును, పశువులకును భేద మేమియు లేదు. పశువులకంటె మనుజుడు ధర్మము నొకదానిని విశేషముగాఁ గలిగియుండుట వలననే సంపూజ్యుఁడయినాడు. ఆధిక్యమును బ్రసాదించిన ధర్మమును గలిగియుండని మనుజుఁడు పశుతుల్యుఁడు."

సుందరవస్త్రధారణమందును, ఉదరపోషణమందును, విలాసములందును జీవితకాలమంతయుఁ గడచిపోయినచో సచ్చారిత్రమును గూర్చుకొని తన్మూలమున జీవితలక్ష్యమగు ధర్మము ననుష్ఠించు టెపుడు? మనుజులమగు మనము తదితర జీవరాసులకంటే మహత్తరములగు పవిత్రకర్తవ్యముల నాచరించుటకే భువి నవతరించియున్నారము. బాహ్యాడంబరములు మానవజీవితాభ్యుదయమునకు సాధనములు గానేరవు. ఆంతరికములగు పవిత్ర సంస్కరణములే మానవుని జీవితము నాధ్యాత్మికశక్తి సంపన్నమొనరించి తరింపఁజేయును.

వేషభాషణములందు వ్యర్థమగు నాడంబరముకంటె ముఖ్యముగా నిర్మలినత, సరళత మొదలగు సల్లక్షణములే ధ్యానయోగ్యము లయినవి. యువకుని ప్రీతికిఁ బాత్రములయి

యున్న రాక్షసవిలాస సంపదలలో ద్యూతము గణ్యస్థానము నలంకరించుచున్నయది. ఇద్దానినుండియే యువజనమండలి యొక్క జీవితనాటక పతనసూత్రము ప్రారంభమగుచున్నయది. ప్రస్తుతము ప్రభుత్వము నైతికజీవిత రక్షణవిషయమున విశేషమగు శ్రద్ధను వహింపకుండుటచే సామాన్యమగు దండనమునకు భయములేనివారయి జూదరులు నిత్య మీ దుర్వృత్తిని వృద్ధిఁ గావించుచునేయున్నారు.

భరతవర్షమున జూదముచే హిందువుల గృహము లెన్నియో సర్వనాశనమునకుఁ బాల్పడినవి. ఈ దుర్వ్యసన మనాదికాలమునుండియు నీ భరతఖండమున వేరూనియున్నట్లు కానవగుచున్నది. పూర్వకాలమునం దీ దుర్వ్యసనము ప్రత్యేకించి సంపన్న కుటుంబములందే కానవగుచుండెడిది. ఆర్య నాగరికత యీ దేశమున లోపించిపోవ విజాతీయ సభ్యతయు, విదేశీయ నవీన విజ్ఞానమును దలయెత్తి ద్యూతమును సర్వజనీనమగు వృత్తిగఁ బరిణమింపఁ జేసివైచినవి.

పురాణయుగమందు ధర్మజాదులు ద్యూతమునం దోటువడియున్న విషయము సర్వజనవిదితము. వివేకవంతుఁడగు ధర్మనందనుఁడు సకలధర్మ వేదియయి యుండియు నీ దుర్వ్యసనముయొక్క మాయాజాలమునుండి విమోచనము నందఁ జాలకపోయెను. అతఁడు కౌరవులతోడఁ గావించియుండిన ద్యూతమునందు హస్తినాపురరాజ్యమును, సకలసంపదలను దుదకు సతీమణియగు ద్రౌపదిని నోడిపోయి పరాజయ దండన నిబంధనము ననుసరించి ద్వాదశవత్సరము లరణ్యవాసము ననుభవించియుండెను.

భారతయుగమందలి క్షత్రియజాతి కలంకారప్రాయుఁడుగ నుండిన ధర్మరాజుఁడు దుశ్చరిత్రుఁడగు శకుని కపటబుద్ధికి వశుఁడు గావలసివచ్చెను. ధర్మనందనుఁడు దుష్టవ్యసనమగు ద్యూతమును గామించియుండినవాఁ డగుటవలననే ఘోరారిష్టములకుఁ గారణభూతుఁ డయ్యెను. పాండవులయందు ద్యూతలోలత్వమే లేకయుండినచో నరణ్యవాసముగాని, అజ్ఞాతవాసముగాని తుదకు ద్రౌపదీవస్త్రాపహరణముగాని తటస్థించియుండెడివి గావు. మహాభారతమును రచించిన వ్యాసమహర్షి యొక్క మేధాశక్తి ప్రస్తుత భారతకథకు భిన్నమగు నితివృత్తమును నిర్మించుటయందు వినియోగింపఁబడ వలసి వచ్చెడిది.

పావనచరిత్రుండును, అవక్ర పరాక్రమోపేతుఁడగు సుప్రసిద్ధ సార్వభౌముఁడును, విద్యాధికుఁడును నగు నలుని యందు ద్యూతప్రీతియే లేకుండినచోఁ బురాణకారులకును, భారతకర్తకును నలోపాఖ్యాన రచనాశ్రమ లేకుండఁ బోయి యుండును. దమయంతీ స్వయంవరముతోడనే నలచరిత్ర దాదాపుగ ముగిసెడిది. నలుఁడు ద్యూతపరాయణుఁడగుటచే సామాన్యుఁడగు పుష్కరునిచేఁ బరాభవింపఁబడి భుజింప నాహారమును, నివసింప గృహమును, ధరింప వస్త్రమును లేక దీనునివలె, హీనునిభాతి ఘోరారణ్యమునఁ జొచ్చి కడుఁ గడగండ్లఁ గుడువవలసినవాఁ డయ్యెను.

సామ్రాజ్యమును గోల్పోయినపిదప నలుఁడెట్టి దుర్భర కష్టవారిధి నీదులాడియుండెనో నైషధము చాటుచున్నయది. నలభూపాలుఁడు తనకుఁ గల దుర్వ్యసనముచే గర్భదరిద్రుఁ

డయి మహాపతివ్రితయు, సతీతిలకమును నగు దమయంతిని నయితము దుఃఖవారిధిని ముంచిన మహాపాపమునకుఁ బాత్రుఁ డయ్యెను.

ఇట్టి కథ లెన్నియో ద్యూతముయొక్క భయంకర స్వభావమును దెలుపుచుఁ బురాణముల వెలయుచున్నవి. మహాత్ములగు భూధవులం దీ దోషము శనిగ్రహముచేఁ గలిగి నట్లు పురాణములే ఘోషించినవి. లోకమున దుర్గుణముల సంపాదించి దుష్టులయి సమున్నత పదభ్రష్టులగు వారి కెల్లరకు శనిగ్రహమే పట్టియున్నదనుట సహేతుకమగు ప్రమాణము కాఁజాలదు. దుర్వృత్తియే శనిగ్రహముగాని వేఱుగ శనియే లేదు.

పురాణయుగమందలి ధరణీపతులు పాచికలయాట, చదరంగము మొదలగు దుర్వృత్తులచే నైతికార్థికబలములఁ గోల్పోవుచుండిరి. నాఁడు ప్రజాసామాన్యమం దీ వ్యాధి వ్యాపించియున్నట్లు కానరాదు. వైదికయుగమందును భరత ఖండమున ద్యూత ముండియున్నట్లు ప్రమాణములు గానఁగు చున్నవి.

కాని భారతీయ నాగరికత, భారతీయ విజ్ఞానము సార స్వత రూపమున లిపిబద్ధమయినప్పటినుండియు నార్యులు ద్యూతము నొక నిషిద్ధమగు దుర్వ్యసనముగనే సిద్ధాంతీక రించియున్నారు. ఆర్యవాఙ్మయమునం దే గ్రంథమును ద్యూతమును గౌరవించియుండలేదు. కల్పనాభూయిష్ఠము లని యధునాతన భారతీయులచే విమర్శింపఁ బడుచున్న

పురాణములు ద్యూతమును బరిత్యాజ్యములగు సప్తవ్యసనములలో నొక్కటిగ లెక్కించుచునే యున్నవి.

స్మృతులు జూదరికి భయంకరములగు దండనల విధించి యున్నవి. వేదము ద్యూతపరాయణు నస్పృశ్యునిగ, బహిష్కార యోగ్యునిగ నిర్ధారణఁ జేసినది. ప్రాచీనభారతీయులచే నిర్మింపఁబడిన యిట్టి కట్టుబాటులలో ద్యూతాది దుర్వృత్తు లభివృద్ధిఁ గాంచుట కవకాశ మెట్లుండును ?

ద్యూతము మహమ్మదీయ యుగమునుండి భరతఖండమున బెచ్చుపెరిఁగిపోయి నేఁటి విదేశీయ విలాసప్రధానమగు నాగరికయుగమున నించుమించుగా శిష్టాచార రూపమును దాల్చినది. వాల్మీకి విరచించిన రామాయణమును, వ్యాసుఁడు నిర్మించిన భారతమును, కాళిదాసాది మహాకవులచే వివిధ రూపములఁ దాల్చినవయి వాఙ్మయాభివృద్ధికిఁ దోడ్పడినట్లు ద్యూతము నేఁటి విదేశీయ నాగరికుల కృపాతిరేకముచే వివిధాంగములుగ నేర్పడి విలాసప్రియుల నవ్యసభ్యత నున్నత మొనరించినది.

ద్యూతముచేఁ గలుగు కష్టనష్టముల వర్ణింపఁబూనలేము. ఈదుర్వృత్తి యడుగువెట్టిన గృహములన్నియు భస్మావశిష్టము లయినవి. ఈ కారణముననే దూరదృష్టిగల విద్వాంసులు - లోక హితాభిలాషులు జూదమును సత్వర బహిష్కార యోగ్యమని నుడివియున్నారు.

"Gambling is the son of avarice,
And the father of despair." Byron.

"జూదము లోభమునకుఁ బుత్రుఁడు. దిక్కులేమికిఁ దండ్రి."
—బైరను.

జూదరి తనకుఁ గల సకలసంపదలను, మానాభిమానములను, బుద్ధివివేకములను, భార్యాపుత్రాదులను గోల్పోయినను దద్వృత్తియందు నిరసనభావము లేనివాఁడయి, నవీనోత్సాహయుతుఁడయి, జూదమాడ ధనము లేక చౌర్యముచేతను, నరహత్యలవలనను ద న్నధము నొనరించిన దుర్వృత్తినే సాగింపఁ జేసికొనఁ జూచుచుండును.

ద్యూతముచే మానవుని నాపాదమ స్తక పర్యంతము నొక్కసారిగ దగ్ధ మొనరించివేయఁగల భయంకరమగు తృష్ణాగ్ని జ్వాల లుదయించుచున్నవి.

బాగుపడఁగోరు యువకు లీ భయంకరమగు దుష్టవృత్తియొక్క వాయువునయిన స్పృశింపకుందురుగాక !

ఈ దుర్వృత్తి దుష్టసాంగత్య ప్రభావముచే నెవరియందేని నెలకొనియున్నచోఁ దత్క్షణమే స్వాభివృద్ధినిఁ గోరి నిర్మూలించివైచుట శ్రేయస్కరము. దేహమనఃకష్టమును, శ్రమయు లేకుండగనే యన్యాయముగఁ బరులధనము నాకర్షించుట కేర్పడియున్న సమస్త వ్యాపారములును, కపట తంత్రములును, షడ్యంతరములును ద్యూతముయొక్క యంతర్భాగములే. కావున నట్టివన్నియుఁ ద్యాజ్యములు.

నేఁడు విశేషముగ విద్యార్థులయందుఁ గానవచ్చుచున్న చీట్లాటలును, లాటరీలును, మద్రాసు గిండీపందెములవంటి గుఱ్ఱపుఁబందెములును మొదలగున వన్నియు నిట్టివే. నేఁటి యువజనులయొక్క ముఖ్య మనఃప్రవృత్తి నిర్వ్యాపారముగ నుండియే దేహము నేమాత్రమును గ్లాంతిపరవశ మొనరింపకయే క్షణమాత్రకాలమునం దపారమగు ధనమును

సంపాదించుపట్ల సంలగ్నమయి యున్నది. పంచవర్షముల ప్రాయముగల బాలకుఁ డాదిగ శతవృద్ధుని పర్యంతము ధన వ్యామోహ పిశాచమే పట్టి పీడించుచున్నయది.

పతివ్రతాధర్మముల ననుష్ఠించుచుఁ బతిసుతుల సేవా శుశ్రూషలఁ గావించుచు నాముష్మిక చింత యందుఁ గాలముఁ బుచ్చుచుండిన భారత రమణీమణులు నేఁడు లక్ష్మీ పూజానిరతలయి ధనమో ధనమో యని కలవరించుచున్నారు.

ఇన్నింటికి ముఖ్యహేతువేమి ? వర్షకాలమందలి నదీ నదములు భయంకర గర్జనములతో ఫేనపుంజములఁ గక్కుచుఁ బొంగిపొరలి వచ్చు విధంబున సామ్రాజ్యవాదమున కాధార భూతమగు నార్థికతంత్రివాదముయొక్క ప్రచండ ఝంఝా మారుతము పశ్చిమభూములయం దుదయించి మహావేగమున భారతవనిం జొచ్చి భారతీయ గృహస్థప్రపంచముయొక్క నైతిక బలమూలము నూపివైచుటయే నేటిభారతీయుల ధనావేశ పరవశత్వమునకు ముఖ్యకారణ మని గట్టిగ నుడువఁగలను.

సామాన్యధనవంతులగు గృహస్థు లనేకులు విద్యావం తులయి యుండకుండుటచే నేఁటి దుష్టనాగరితయొక్క వాయు స్పర్శమునఁ గళంకితబుద్ధులయి సన్మార్గమునను, సద్వృత్తి చేతను ధనము సంపాదించుమార్గము నెఱుంగజాలక దురా శకుఁ బాల్పడి, జారచోరాది నీచులకు —భ్రష్టులకు నెక్కుడు వడ్డీకి ధనము నొసంగి మోసగింపఁబడుచున్నారు.

ధనతృష్ణ, దురాశ దుఃఖమునకుఁ జేటను జ్ఞానమును మానవ లోకమునుండి నదృశ్య మొనరించివైచినది. ధర్మ సాధనము నిమిత్తమే శరీర మేర్పడియున్న దగుటచేఁ దద్దేహ

పోషణార్థము ధనమును ధర్మపథానుసరణముననే సముపార్జింప వలయునుగాని యధర్మపథము ననుసరించి సంపాదించి జీవిత లక్ష్యమునుండి దూరమగుట యెట్టిస్థితియందును శ్రేయస్కరము కాజాలదు.

ఈ ప్రపంచమునందు నిరంతర మసావధానచిత్తులయి యుండువారును, వెనుకముందు లరయక తొందఱపడు వారును ధూర్తులమోసమునఁ జిక్కి యాపదలపాలై దుఃఖించు చుండఁగలరు. అధర్మసంగతమగు ధనాపేక్షవలననే పురుషులు తమ మానమర్యాదలను, యుక్తాయుక్త విచక్షణ జ్ఞానమును-స్త్రీలు తమ స్వాభావిక శరీర మనోబుద్ధి కోమలత్వమును గోల్పోవుచున్నారు. ధర్మవిరుద్ధమగు ధనాపేక్ష యాత్మసంస్కరణ ప్రయత్నమునకుఁ దీఱని యాటంకము.

అయ్యది మానవుని సచ్చరిత్రనిర్మాణోద్యోగమును సాధుస్వభావమును, సమున్నతభావాదర్శమును, పవిత్రదృఢ సంకల్పమును విధ్వంస మొనర్చివేయును. మేధావంతుఁడగు కవీంద్రుఁ డొకఁడు తనగ్రంథమునం దిట్లు వ్రాసియున్నాఁడు:-

ధనముయొక్క వాసన జ్ఞానమునకును, నీతికిని భిన్నముగా మానవహృదయమునఁ బ్రవేశించి ప్రబలమయి, మితిమీఱి బహిర్గతమయి నిజప్రభావమును లోకమునం దెల్లెడల వ్యాపింపఁ జేయుచుండుటచేతనే విజ్ఞానప్రధానజీవులమును, మనుష్యులమును నగు మనము మానవజీవితముయొక్క యథార్థమును, స్వాభావికమును, ప్రశాంతమును నగు సౌఖ్యము ననుభవింపఁ జాలకున్నారము. సాధనమాత్రమగు

పదార్థమునే మహత్తరమగు జీవితలక్ష్యముగఁ జేసికొని యున్నచో మానవజీవితోన్నతి నాశించు టెట్లు ?

దైహికసుఖమును మాత్రమే యొకవిధముగ క్షణ మాత్రకాలము సులభసాధ్యముగఁ జేయగల ధనమునే మన మక్షయములును,నిత్యనిర్మలములును నగు ధర్మజ్ఞానసంపదల కంటె నధిక మని భావింపఁ గడంగి యున్నారము. ఈభావ నయే మన సర్వనాశనమునకు బీజమయినది. నేఁడు ప్రతి మానవుఁడు ధనాఢ్యుఁ డగుటకే సజీవుఁడయి యుండు చున్నాఁడు. కేవల జీవిత నిర్వహణమునకే ధనసంపాదన మేర్పడిన దను భావము ప్రస్తుత ప్రపంచదృష్టినుండి దూర మయిపోయినది.

సంవత్సరముల కాలమును గడిపివైచుట జీవిత మనఁ బడదు. తినుట, త్రాగుట, నడచుట, కూర్చుండుట, మాట్లా డుట, నిద్రించుట, శీతవాతాతపముల సహించుట, వ్యాధుల ననుభవించుట, ధనము నార్జించుట, సంతానమును గనుట మొదలగు వివిధకర్మల సమూహ మేవిధముగను జీవితమని వ్యవహరింపఁ బడదు. ఇట్టి సర్వజీవసామాన్యములగు క్షుద్ర కర్మలచే మానవ జీవితాదర్శము, ఆదర్శవిజ్ఞానము స్వల్ప ముగనయిన వికసింపనేరవు.

జ్ఞానముయొక్క సర్వోచ్చములగు ప్రవృత్తులన్నియు మానవుఁడిట్టి యధమమగు క్షుద్రకర్మాచరణావస్థయం దుండు టచే సుషుప్తియందే యుండిపోఁగలవు.

సర్వోన్నతములగు మానవాంతరాత్మస్థిత దివ్యజ్ఞాన ప్రవృత్తులు జాగరితములయినపుడే మనుష్యజన్మ సఫలము

కాఁగలదు. జ్ఞానము, ధర్మము, సత్యము, ప్రేమ, విశ్వాసము, శౌచము, క్షమ, త్యాగము మొదలగు సద్గుణ పుంజము నుండియే మానవ జీవితోచితమగు సౌమ్యచేతనశక్తి సంఘటిత మగుచున్నయది. మోటారుబండికిఁ బెట్రోలువలె నీ శక్తియే మానవజీవిత యంత్రమును ధర్మమార్గమున నడపు చుండును.

అధరముల మృదులహాసమును గొనివచ్చు బ్రహ్మానందమును, హృదయమును వికసింపఁజేయఁగలుగు నకలుషితోల్లాసమును, కఠినచిత్తము నార్ద్రము గావింపఁగల కన్నీటిబిందువులును, మదోన్మత్తుఁడగు యువకుని క్షణమాత్రకాలమున నిర్వికారునిఁ జేయఁగల భక్తిరసపూరితమగు సంగీతమును, వేదములఁ బ్రత్యక్ష మొనరింపఁగలట్టి యీశ్వరారాధనయు, మానసమందు విచారము నొదవించు ధర్మసందేహమును, సంస్మరించినంతనే దర్పోన్మత్తుఁడగు మానవుని నిర్విణ్ణుని - భయప్రకంపితునిఁ జేయఁగల మృత్యువును, నిరంతర కర్మయోగపరతంత్రతు నొనరించి సాధక బాధకముల శిక్షణఁజేయు ప్రకృతియు, దుర్దశయందును భగ్నహృదయమున నాశాజ్యోతిని మిణుకుమిణుకు మనఁజేయు వ్యగ్రతయు నిత్తి యనేకములగు నిట్టి ప్రకృతిధర్మములును మన జీవితమును సార్థక మొనరించునట్టి జ్ఞానశక్తిని స్వాభావికముగాఁ బోషించుచుండును.

మనుష్యజీవితముయొక్క- ప్రతియణువునందు నిట్టి నిర్మలములగు జ్ఞానాంశములు నిండియుండు నేని మానవుఁ డుదర పోషణ మాత్రంబునఁ దృప్తినందుచు ధనలోలుఁడయి

యుండక ధార్మిక పురుషుఁడయి జీవితశేషమును నిర్విచారముగఁ గడపఁగలఁడు.

మహాపురుషులు స్వానుభవమును గడించియే మానవుఁడు విపులైశ్వర్యమును గలిగియుండకున్నను, ఆత్మయొక్క సద్గుణములను సంపదలఁగలిగియున్నచో నెంతటి సౌఖ్యానందముల నయిన ననుభవింపవచ్చునని వాక్రుచ్చియున్నారు. నశించెడి సిరిలేనట్టివారికి దిగువ నుదహరింపఁబడు భర్తృహరి కవీంద్రుని పద్యమునఁ బేర్కొనఁ బడియున్న సుగుణములన్నియు సంపదలుగఁ బరిణమింపఁగలవు.

చ॥ కరమున నిత్యదానము ముఖంబున సూనృతవాణి యాదరన్
గురుచరణాభివాదన మకుంఠితవీర్యము దోర్యుగంబునన్
వరహృదయంబునన్ విశదవర్తన నుంచితవిద్య వీనులన్
సురుచిరభూషణంబు లివి శూరులకున్ సిరిలేనిపట్టునన్."

సహజధర్మముల నుండియు, స్వాభావిక ప్రవృత్తుల నుండియు దూరముగానుండు వ్యక్తి నిత్యము సారరూపములగు చేతనములతోడి సంబంధమును గలిగియున్న పదార్థముల నభిలషింపఁడు. అట్టివాఁడు పరమార్థమునుండి తనచిత్తమును విముఖమొనరించి స్వార్థసాధనమందు లీనము గావించును. వాఁడు పవిత్రాదర్శప్రియమగు జీవితవ్యాపారములనుండి జీవనోపాధి మిషచే దూరముగా నుండుచుండును. పొట్టకొఱకు దేవులాడుటయందే వాని జీవితము సమాప్తమయి పోవును. అంత నతఁడు మృత్యుముఖమునఁ బడుచున్నాఁడు.

మానవుఁడు ధార్మికజీవితరంగమునుండి చ్యుతుఁడయి భౌతికవిషయ లంపటుఁడయి ఋణబాధచే మృతిఁజెందుటకుఁ దృతీయకారణము వ్యర్థమగు బాహ్యాడంబరమని వచించి యుంటిని. మన వాస్తవమగు స్థితికి భిన్నముగాఁ బ్రకృతి సూచించు నవసరము లేకుండగనే వర్తింపఁజూచుటకే మిథ్యాడంబరమని నామము. ఆడంబరప్రియు లర్థము లేకుండగనే నిర్హేతుకముగ మిత్రులకంటె నున్నతస్థానమునం దుండవలయు ననియు, దుర్వ్యయము నందువారికంటె ఘనతను వహింపవలయుననియు, అమితత్వమును సర్వత్ర బ్రదర్శింపవలయు ననియు, నిరంతరము బ్రయత్నించుచుందురు.

ఇట్టి భయంకరమగు వాసనకు వశీభూతులయి, తమ ప్రారంభిక జీవితముననే క్లిష్టస్థితికిఁ బాల్పడజేసికొనినట్టివారి నెందఱినో నేను వీక్షించియున్నాఁడను. తొలుత వారు ధనాఢ్యులతోడను, విలాసప్రియులతోడను, శృంగారాభిలాషులగు జమీందారులతోడను స్నేహమొనరించి వారివలె విలువగల వస్త్రముల ధరించుచు, రాజాన్నములఁ గుడుచుచు, మోటారు బండ్లమీఁదను, గుఱ్ఱపుబగ్గీలయందును, రైలుబండిలో మొదటి తరగతియందును బ్రయాణము సేయుచు, అభిలాష యొదవినపు డెల్లథియేటరుల కరుగుచు, సుగంధద్రవ్యములను, సౌరభాన్వితములగు మద్యములను సేవించుచుఁ బిత్రార్జితములును, స్వార్జితములును నగు సంపదలనెల్లఁ గోల్పోయి యున్నారు.

ప్రస్తుతము నగరములందును, పట్టణములందును, సంఘములందును, సభలందును నిట్టి దరిద్రులసంఖ్యయే

హెచ్చుగాఁ గాననగుచున్నయది. ధనమును వెచ్చించియు, స్నేహమొనరించియు, పాటుఁగావించియు, కష్టములనుభవించియు సద్గుణముల నార్జించుట, జ్ఞానమును సంపాదించుట, లోకానుభవమును బొందుట, భవసాగరమును దరించుట, నేర్చుటపోగా నేఁటి యువకులు భ్రష్టచరితులయి గౌరవప్రతిష్ఠలను, మాన మర్యాదలను బుగ్గిగావించి, సంఘమునకుఁ గళంక ప్రాయులయి, రెండుదినముల జమీందారులయి ధర్మవిరుద్ధమగు నిరంకుశవిహార మొనరించుచుండు టెంతయు శోచనీయము.

నేఁ డశ్వముపై నధిరోహించి ప్రయాణమొనరించు వానికంటె మోటారుబండిపై నెక్కి పయనము సాగించు వ్యక్తి తన్నధికునిగ భావించుకొనుచున్నాఁడు. నేఁటి మనుష్యుఁడు పరస్పరగతమగు నాధిక్యానాధిక్యముల కొలఁత నేర్పఱచికొనినవిధము భూరివిస్మయము నొదవించుచున్నయది. అమిత వ్యయశీలుఁడు తాను లోకసంస్తవమునకు భాజనుఁడ నగుదునని యెంచియే సంపదలఁ బుష్కలముగాఁ గొల్లఁబెట్టుచున్నాఁడు. మూర్ఖుఁడు దనశత్రువు లెల్లరుఁ దనయపారమగు దుర్వ్యయ శీలత్వమును గాంచి భయకంపితులయి యుందురని తన విభూతుల దుర్వృత్తులకు వెదఁజల్లివైచుచున్నాఁడు.

చరిత్రమునకుఁ దీఱనికళంకములగు దుర్వృత్తులకయి ధనమును వెచ్చించు మనుజుఁ డెపుడును భువిపైఁ బ్రతిష్ఠావంతుఁడు కాఁజాలఁడు. భద్రమానవుఁ డెపుడును హానికరమగు మిథ్యాడంబర పరిగ్రహణముచే నిజకీర్తిని ధరణి

స్థాపింప నభిలషింపఁడు. మూఢలోక ప్రశంసను వాంఛించి యతఁడు సచ్చారిత్రమునకుఁ గళంకము నాపాదించు దుర్వ్యయమునకును, నింద్యవృత్తికినిఁ గడంగఁజాలఁడు.

ఆతఁడు తన వాస్తవికములగు స్థితిగతులనే సదా లోకమునకుఁ బ్రదర్శించుచుండును. న్యాయసంగతమగు వ్యయము చేతనే యతఁడు సౌఖ్యమును, ప్రయోజనమును, సత్కీర్తిని సంపాదించుచుండును. అట్టి యాడంబరశూన్యులగు సత్పురుషులకే సంఘమున గౌరవస్థానము లభించుచుండఁగలదు. బుద్ధిమంతులు ధన మున్నంతనే గర్వాంధులయి, హితాహిత వివేచనమును దక్కి దుర్వినియోగ మొనరింపనొల్లరు. వారెప్పుడును సమయమునేమి, ధనమునేమి, మనోల్లాసము నేమి తమవగు సకల వస్తువులను సద్వినియోగ మొనరించుచుందురు.

యౌవనమందు జీవితముయొక్క నిర్వహణమున కావశ్యకములగు ధన విద్యా గుణసంపదల నెల్లఁ గూడఁబెట్టుకొని వార్ధక్యమందును, విపద్దశలందును, అవసరములందును యథోచితముగ వినియోగించుకొనుచున్నచో నెవ్విధమగు దుఃఖము కలుగనేరదు.

సంపాదనాచాతుర్యము జీవితము నానందపూర్వకముగ గడపుపద్ధతి చీమలయందును, మధుమక్షికలయందును విశేషముగ నెలకొనియున్నటుల గోచరించుచున్నయది. వీనినుండి యయిన మనుజుఁడు బుద్ధిఁ దెచ్చుకొని చారిత్రనిర్మాణమున కావశ్యకములగు సకలసాధనముల సమకూర్చుకొనఁదగును.

బాహ్యాడంబరముచేఁ బ్రపంచమునాకర్షింపఁ జూచు మానవుఁడు నిస్సందేహముగఁ ద్రికరణములఁ గలుషితుఁడయి, నీచాతినీచుఁడయి యెపుడో యొకపుడు లోకముచేఁ బరాభవింపఁబడఁగలఁడు. అట్టివాఁడు నిశ్చయముగఁ దన యవివేకమునకు విచారపరీత చిత్తుఁడు కాఁగలఁడు. గొప్ప వ్యయమును గలిగించునట్టి వినోదములఁ బాల్గొనుటచే యువకుఁడు ఋణగ్రస్తుఁడగును.

చిత్తరంజనము, హృదయాహ్లాదము, మనోమోదము, యువకుల కనావశ్యకము లని నేను వచింపను.

మితవ్యయశీలత్వమును భంగమొనరించునట్టియు, ఋణభారముచే మనుజునిఁ గ్రుంగఁదీయునట్టియు, అనుదినము జీవితమును దుఃఖవారిధి నిమగ్న మొనరించునట్టియు వినోదములు నీతిధర్మములకు విరుద్ధములు గాకున్నను నర్థశాస్త్ర దృష్టిచే సత్వర పరిత్యాజ్యములు.

ఏ యువకునకు గొప్పగొప్ప థియేటరులఁ జూడఁగలట్టి సామర్థ్యములేదో, యెవ్వాఁడు గొప్పవిందులందును, ఉత్సవములందును, సంగీత సభలందును, జంతుప్రదర్శనములందును, వినోదకరములగు మఱి యే యితరకార్యములందును బాల్గొన నర్థసామర్థ్యమును గలిగియుండఁడో, అట్టివాఁడు విపులవిత్తముతోడ నిమిత్తములేని సామాన్యకార్యములచేతనే నిజమనోల్లాసమును వృద్ధిఁగావించుకొనుచుండు టావశ్యకము.

నాయెఱింగిన విద్యార్థి యొకఁడు, తనతోడి ఛాత్రులెల్లరు వారమున కొకతూరి రాత్రులందు విశేషధనమును

వెచ్చించి నాటకశాలల కరుగుచుండ హాయిగాఁ దన గది యందుఁ గూర్చుండి పిల్లనగ్రోవి వాయించుకొనుచుఁ దన మనస్సును రంజింపఁ జేసికొనుచుండెడివాఁడు. సాయంతన సమయములందు ధనాఢ్యులగు తనమిత్రులు నౌకావిహార మునకును, ఉపాహార మందిరములకును, మోటారుబండ్లపయి వాయుసేవనమునకును బోవుచుండఁ బేదయగు నతఁడు చల్లని పిల్ల తెమ్మెర యుల్లము నుల్లసిల్లఁజేయుచుండ నదీకూలముల గల యిసుకతిన్నెలపై బాలురతోఁగూడి దేహవ్యాయామ కరములగు క్రీడల నాడుచు, ఆనందమునఁ దేలుచు, పాటలఁ బాడుచు హృదయమున కాహ్లాదమును, దేహమున కారోగ్య మును ధనమునకు మితవ్యయమును గలిగించుకొనుచుండు వాఁడు.

మితవ్యయశీలుఁడగు నా విద్యార్థి సదభ్యాసములచే స్వల్పకాలమునందే విద్యావంతుఁడును, బుద్ధిమంతుఁడును, ధనికుఁడును, సంఘగౌరవ పాత్రుఁడును గాగా వాని ధనాఢ్యు లగు మిత్రులు విన్న వింతల నెల్లఁ బాల్గొనుచు, గోచరము లయిన వస్తువుల నెల్లఁ గొనుచు ననుదిన నూతనవిలాసప్రియు లయి కల ధనధాన్యములను, అమూల్యమగు సమయమును బోఁగొట్టుకొని దురభ్యాసపరులయి విద్యావివేకములయం దున్నతస్థితి నందలేక సంఘతిరస్కారమునకుఁ బాత్రులయిరి.

"Manners make a man, manners often make fortunes."

"మంచి యలవాట్లు మనుష్యత్వమును నిర్మించును. సద్వర్తనముననే సౌభాగ్యము సిద్ధించును."

మితవ్యయశీలునియం దెన్నియో సదభ్యాసములు, సల్లక్షణములు సమావేశమగుచుండును. ఆత్మసంస్కరణ

ప్రియుఁడగు యువకుఁడు నేను వచించిన యువకునివలె వర్తించి యున్నతి నందుట శుభదాయకము.

విద్యార్థులు మితవ్యయశీలత్వమును, విలాసవాసనోద్రేక శూన్యములగు నాటపాటలను, నైతిక బలవర్ధకములగు వృత్తాంతములనుగూర్చి బోధించు సద్గ్రంథములఁ బారాయణ మొనరించుచుండు టావశ్యకము. సారస్వతమందీగ్రంథములకే యున్నత స్థానమును విదేశీయు లొసంగుచున్నారు. హృదయాహ్లాదము నిమిత్తము స్వీకరింపఁబడు ప్రతిపదార్థమును బరిశుద్ధమును, సాత్వికమును, విశేష ప్రయోజనకారియునయి యున్నదా లేదా యని యద్దానిని బరిగ్రహించుటకుఁ దొలుతనే విచారింపఁదగును.

జనసామాన్యమునకు మితవ్యయము (పొదుపు)ను గూర్చి సదా యుపదేశించుభారము మతప్రచారకులమీఁదను; సంఘసంస్కర్తల మీఁదను, నీతిధర్మోపదేశకులపైనను, విద్యాలయోపాధ్యాయులమీఁదను సభాసమాజములందలి యుపన్యాసకులమీఁదను ముఖ్యముగాఁ నాధారపడియున్నది.

"తే॥ న్యాయపథము దప్పకయ ధనంబు గూర్ప
వలయుఁ గూర్చిన యర్థంబుఁ బాత్రి మెఱిఁగి
యిడఁగవలయును దానును గుడువవలయు
నార్జితమునకు లక్షణ మదియె చూవె."
—మహాభారతము.

తమతమసంతానమున కీవిషయమును గుఱించి యుద్బోధించుటయందు సంతానశ్రేయోభిలాషులగు మాతాపితలశ్రద్ధ వహింపఁజనదు. పొదు పనునది మహత్తరమగు జీవి

తోద్ధారకసాధనము. మితవ్యయశీలత్వము లుబ్ధాగ్రేసరుని లక్షణము కాఁజాలదు.

లుబ్ధుని జీవితము ద్వేషమాత్సర్యముల కాటపట్టు. అధర్మసంపాదనమునకుఁ బట్టుగొమ్మ.

మితవ్యయశీలుని జీవితము పరోపకారసహానుభూతుల కాకరము. స్వార్థత్యాగమునకును వలయుచో బలిదానమునకును, ధర్మసంరక్షణమునకును నతఁడు సదా సన్నద్ధుఁడయి యుండును. ఇట్టివారిసంఖ్య వృద్ధియయినకొలఁదియు మానవసంఘమునుండి భయంకర కల్లోలకారిణియగు ఋణపిశాచ మొక్కసారిగ బలాయనము గానలసినచ్చును. అట్టిచో సంఘమానందమునకును, చిరశాంతికిని, సౌఖ్యమునకును, స్వేచ్ఛకును, సంయమమునకును, సంపూర్ణత్వమునకును. స్వాస్థ్యమునకును. సుప్రసన్నతకును, ద్వేషమాత్సర్య కలహశూన్యతకును, వివిధములగు సరళసద్గుణసముదాయమునకును నిలయమయి ప్రకాశింపఁగలదు.

ప్రకృతిసహజమగు సౌందర్యమును నీతికి విరుద్ధము గాకున్నంతదనుకఁ ప్రేమించుటయే జ్ఞానలక్షణము.

ప్రకృతివిజ్ఞానమందుఁ గల నైతిక తేజమును, ప్రకృతి యొక్క సత్యస్వరూపమును గ్రహించుచు మానవునకు ధర్మాధర్మభేదభావమును స్పష్టీకరించు వస్తువే జ్ఞానము.

అశ్లీలములగు వినోదములచేఁ జిత్తమును రంజింపఁజేసికొనఁగోరి యక్షయ స్వర్గీయధనమగు చరిత్రమును గళంకితమొనరించుకొనుటకంటెఁ బ్రకృతియొక్క సౌమ్యారామణీయకమును స్థూలదృష్టితోడను, మానస చక్షువులతోడను,

విలోకించుచుఁ దత్ప్రభావముచేఁ దన యంతర్బహిర్వర్తనమును సంస్కరించుకొనుట శ్రేయస్కరము.

ప్రకృతిని, వివిధములగు తదంగములను బ్రేమించుటయందే మనుష్యున కక్షయానంద పీయూషస్రోతస్విని లభింపఁగలదు. పరమదయామయుండగు సర్వేశ్వరునియొక్క సమగ్రభావనా సంపత్తియు, లోకోత్తరమగు మహత్తరశక్తియు వివేకతేజమును నతని సృష్టియొక్క కణకణమందు జీర్ణించియున్నవి.

ప్రకృతి సౌందర్యానుభవజ్ఞాన సంపన్నుఁడగు యువకుఁడు వసంతమందలి వికసిత నవమల్లికా పుష్పమును గాంచి ప్రఫుల్లచిత్తుఁడగును. వాఁడు నవ కిసలయ సంభరితమగు రసాలవృక్ష శాఖాగ్రమునఁ గూర్చుండి తన సహజ కోమల మధురకంఠము నెత్తి కూజితమొనరించు పికశావ్యసంగీతమునకు బ్రహ్మానంద పరవశుఁ డగును.

నవనీలనీరదాంబుదపంక్తులఁ గాంచి, పింఛమును విప్పి, సవిలాసముగ సానందహృదయముతోఁ బదవిన్యాస మొప్ప విన్నాణ మెసఁగ నృత్యము సలుపు మయూరమును విలోకించి, భవతాపముల మఱచి యొకింతకాలము విశ్వమోహన మంత్రముగ్ధుఁ డయిపోవును.'

చంద్రికాధవళమగు ఫేనము నెగఁ జిమ్ముచు, సుందరములును, క్షణభంగురములును నగు బుద్బుదసముదాయముల నొదవించుచుఁ గూలద్వయమునంటి స్రవించుచుఁ గలకలనినాదము నుప్పతిలఁజేయు సెలయేళ్ళ వీక్షించి ప్రకృతి కుమారుఁడు తన్మయుండగును. పుష్పోద్యానములఁ బ్రఫుల్ల కుసుమసముదయమునుండి మరందబిందు సందోహమును

సంగ్రహింప నేతెంచు షట్పదబృంద ఝుంకారము నాలించి యతఁడు విస్మయానంద పరీతచిత్తుఁ డగును.

వేయేల? సృష్టియందు సహజమయి లోచనగోచరమగు సౌందర్యమున కెల్ల నతఁ డుదాసీనతను బాసి ప్రశాంత హృదయముతోఁ దనివితీఱ సమ్మోదసుధారసమును బానము సేయుచుండును. ఇట్టి యపూర్వస్థితి విద్యావివేకములు లేని మూఢజనులకుఁ బ్రాప్తించునది కాదు. విద్యాధికుఁడును, విమల హృదయాంబుజుఁడును నగు మానవుఁడే యీ మహాభాగ్యము ననుభవింప సమర్థుఁడు.

నాఁటి కాళిదాసాది కవికుంజరములును, నేఁటి రవీంద్రాది కవిశేఖరులును బవిత్రమగు నిట్టి ప్రకృతిసౌందర్యమునే యుపాసించియున్నారు. బాల్యకాలమునుండియు యువకులు సాధుస్వభావమునకును, సరళజీవితమునకును, ఉన్నత విద్యాభ్యసనమునకును నలవడియున్నచోఁ నిట్టిమహద్దశకే ప్రాపింపఁగలరు. విద్యావంతులును, విశుద్ధహృదయులును, నిర్మలచరిత్రులును నగు యువకులకు సృష్టియందు సర్వత్ర మనోరంజనమును గలిగింపఁగల పదార్థము లనంతములు లభింపఁగలవు.

విశ్వమందలి యే సామాన్యవస్తువయినను వారిహృదయముల నాహ్లాదపఱచఁ గలదు. వారు ప్రతిఋతువునందును విలక్షణమగు శృంగారమయదృశ్యము నవలోకింపఁ గలరు. వారి హృదయము లెపుడేని భయవిషాదములకు గుఱియగుట తటస్థించెనేని తత్క్షణము వారు ప్రకృతిదేవిని సాక్షాత్కరింపఁ జేసికొని యాయమ దివ్యానూనవిభూతుల

రసానుభవము నందుచుఁ దృప్తులయి తమ భవసంగసంజనిత వ్యాధుల నిర్మూలించి వేయుదురు.

ప్రకృతిభావమందుఁ గల యపూర్వ మోహినీశక్తి మానవుని చిత్తముయొక్క దుష్ప్రవృత్తుల నెల్ల నణఁచి వేయును. ఏ యువకుఁడును దా నేకాకియయి మహోన్నత గిరియొక్క మనోహరదృశ్యమును వీక్షించియు, జలనిధి యొక్క గంభీర రహస్యమయ భీషణగర్జనము నాలించియుఁ దన కృత్రిమ ప్రాపంచికభావముల విన్యసింపఁ జాలఁడు.

ప్రకృతియొక్క విచిత్ర సహజకళా సౌందర్యమును వీక్షించియు, అనుభవించియుఁ దన చిత్తముయొక్క సాంసారిక దుర్వాసనల విసర్జింపఁజాలని విద్యార్థికుఁడగు యువకుని హృదయ మవశ్యము కలుషితమనియు, జడప్రాయమయిన దనియు నిశ్చయించుట కెట్టి యభ్యంతర ముండ నేరదు. మానవుఁడు తన యల్పబుద్ధివిశేషమున స్వీయానందము నిమిత్తము లోకమున నిర్మించుకొనియున్న పదార్థములకంటె నలోకసామాన్య సుందర సౌఖ్యప్రదాయకములగు వస్తుసంతతుల దయామయుండగు దేవదేవుఁడే జీవకోటిహితము నపేక్షించి ప్రకృతియందు విన్యసించియున్నాఁడు.

కావుననే మానవనిర్మితములగు సమస్తకళలకంటెఁ గళల నిర్మించిన మనుష్యుని నిర్మింపఁగల ప్రకృతియే యక్షయ రసభండారము. అట్టి ప్రకృతినిఁ బరిశీలింపఁ గడంగు వాని కిలాతలంబున లభించు సౌఖ్యములకంటె సహస్రగుణాధికమగు దివ్యానందము కలుగఁగలదు. పండితులు, కవులు,

దార్శనికులు స్వాభావికముగాఁ గళలఁ బ్రముఖ్మ్యారించు ప్రకృతికి సాష్టాంగపడుచుందురు.

"Art may err, put Nature cannot miss."
—Dryden.

"కళ తప్పు కావచ్చుగాని ప్రకృతియందు దోష ముండ నేరదు. —డ్రియిడెన్.

"Art may make a suit of clothes; but nature must produce man."
—Hume.

"కళ కేవల మొకవిధమగు దుస్తులనే సిద్ధమొనరింపఁ గలదు. కాని ప్రకృతి తప్పక యొక మనుష్యునే యుత్పన్నము జేయవలసి యుండుచున్నది." —హ్యూము.

వివిధ విహంగముల యవ్యక్త సంగీతరవము వాయు మండలమునుండి రసబిందువుల వర్షింపఁ జేయుచుండును. సుప్రభాతముయొక్క శీతలసమీరము కుసుమిత పుష్ప వాటికంజొచ్చి, సౌరభముఁ గొని మందమందగమనమున సంచరింపఁ దొడంగుచుండును. అట్టి సహజరామణీయస్థితి యందును మనోల్లాసము నందఁజాలని యువకుఁడు జడబుద్ధి యని తెలియవచ్చును.

ప్రకృతినిగూర్చి యింతగా వర్ణించుటకు ముఖ్యకారణ మేమన దానితో మానవచారిత్రమునకుఁ బ్రగాఢమగు సంబంధము గలదు. ప్రకృతిపరిశోధనముచే మనోవికాసమును, ప్రశాంతస్థితియునేర్పడును. తన్మూలమునమానవచారిత్రము సుసంఘటితమయి, సుదృఢమయి, సువ్యవస్థితమయి, సుందర మయి, సుశిక్షితమయి సుఖసంపన్నము కాఁగలదు. ఆత్మ సంస్కరణమునందుఁ బ్రకృతితత్త్వాధ్యయనము గణ్యస్థానము

నలంకరించుచున్నది. దీనినుండియే మనుష్యుని కల్పనాసామర్థ్యమును, బుద్ధిని, వివేకమును బరిష్కరింపఁగలట్టి యలౌకికమగు సమున్నతశక్తి ప్రాదుర్భవించుచున్నది. మనుష్యునకు నాత్మ సౌఖ్యానందము నిమిత్తము నేత్రపర్వ మొనరింపఁగలట్టి పచ్చిక బయళ్ళతోడను, నానావిధ వృక్షసంతతులతోడను, మృగపక్షి జీవజంతువులతోడను నిండియున్న పర్వతశ్రేణులనుండియు, సుందరములగు వనములనుండియు, గంభీర జలధులనుండియు సుప్రకాశిత తారకా సముదాయమునుండియు, నదీతీరస్థపుష్పితలతానికుంజములనుండియు, మలయమారుత వీచికాపరంపరలనుండియు, బాలభానుని సువర్ణకిరణరశ్మినుండియు, శరత్కాల గాఢమేఘాచ్ఛన్న శ్యామలాకాశమునుండియు, ముద్దుముచ్చట్లఁ గొలుపు బాలబాలికల వచ్చియురాని చిలుకపలుకుల నుండియు లభించు భావనాసంపత్తికంటె మిన్నయగు భావధన మెట లభింపఁగలదు ! భావసంపత్తి కుత్పత్తిస్థానము ప్రకృతిసీమయే కాని వేఱొండు కాదు. ఇది సత్యము.

యువకుఁడా ! త్వరపడుము. ఆలసింపకుము. ప్రకృతి రంగమునఁ బ్రవేశించుము. అదిగో నా యస్ఫుట సంగీతము నాలింపుము. లేఁత పచ్చికబయళ్ళ వినోదింపుము. సూర్యాస్తమయంబుల నదీతీర విహారముల కరుగుము. జలతరంగములఁ దేలియాడు నౌకాలాస్యము నవలోకించుము. వాయుపథమున విహరించు వివిధజాతీయ విహంగవితతిని వీక్షించుము. పశ్చిమాంబుధిఁ గ్రుంకు వృద్ధభానుని యరుణిమను మనసారఁ జూచి యానందించుము. తాపదగ్ధమగు నీశరీరమును వస్త్రాభ్యంతరమునందున్నను మందమందగమనమున స్పృశించుచుఁ

జిత్తవిశ్రాంతి నొడఁగూర్చు సాయంసమయ పవనకుమారు నభినుతింపుము.

నిమీలిత నేత్రుఁడవయి పులినములపై నధిష్ఠించి మనస్సుచే భూమండలము నంతయు క్షణమాత్రకాలమున సంచరించి రమ్ము. వలయునేని నీ దశదిశల వ్యాపించియున్న కళాచాతుర్యమును గాఁగిలించుకొమ్ము. ప్రకృతి ముఖమును వీక్షింప నభిలషించు కళాప్రేరణమునకుఁ జిత్తమున స్థాన మొసంగుము. ప్రకృతినుండి యుద్భవించుచుండు వివిధవర్ణ ముల వైచిత్ర్యముల సందర్శించుము.

దుష్టమానవుల కలుషిత సాంగత్యము నీకేల ? ప్రకృతికంటె నీచరిత్రమును బరిష్కరింపఁగల మిత్రుఁ డెవడు కలఁడు ? ప్రకృతి రహస్యోద్ఘాటనముచే విజ్ఞానవంతుఁడ వగుము. అప్పుడే కుమారా ! నీవు ధన్యుఁడ వయ్యెదవు. కారణ మేమనఁ బ్రకృతియే నీ జీవితోత్థాన సదనమునకుఁ బునాది.

తే॥ పెరుఁగును మథింపఁగలిగెడు ♦ వెన్నమాడ్కి
ప్రకృతిని మథించుకొలఁది ♦ ప్రపంచమునకు
మేలు సమకూర్చు వస్తువుల్ ♦ వేలకొలఁదిఁ
గలుగుఁ దఱుగని పరమేశు ♦ కరుణ మనస !
(ప్రబోధ శతకము.)

విజ్ఞానమునకు మూలాధారమయి, ఉద్గమస్థానమయి వెలయు ప్రకృతి నారాధించిన కొలఁదియు మనుజుఁడు మాన సికమగు నభివృద్ధిఁ బడయఁగలడు. వైజ్ఞానికవిచారావిర్భావ మునకును, సకల సందేహ సమాధానమునకును మూలకారణ

ముగు ప్రకృతిని దఱచినకొలఁది సుధారస మావిర్భవించు చుండఁగలదు.

యువకుఁడా ! హరితవర్ణ పత్రవిలసితములగు వృక్షము లందును, సస్యశ్యామలములగు క్షేత్ర కేదారమాలిక లందును గల సౌందర్యము, జ్ఞానము, కోమలత్వము, ఆహ్లాదము ఆనందము, శాంతిభావానుభవము, కళాసమృద్ధి నవ్యరసాం బుదములు మఱెచ్చోటనయిన లభింపఁగలవా? లేదు, లేదు. ముమ్మాటికిని లేదు.

గగనమును భేదించునట్లుండు ధవళధావళ్యమగు హిమవద్గిరిశిఖరముల విచిత్రదృశ్య మానందసంధాయకము గాకుండునా ? సుధాధవళమగు సుధాకరచంద్రికనుండి సుఖ మయసుందర సుధారసము వర్షించుట కల్లయా ? అపూర్వ తేజోమయమయి జ్యోతిర్విభూషితమయి విలసిల్లు సూర్య మండలమును సూక్ష్మదృక్కుల వీక్షింప నెవ్వాని కానందము కలుగకుండును ?

కళాకోవిదుఁడును, సుప్రసిద్ధాంగ్లేయ గ్రంథకర్తయు నగు రస్కిను మహాశయుఁడు ప్రకృతివినోదమునుగూర్చి వచించిన మాటలఁ గొన్నిటి నిటఁ బొందుపఱచుట ప్రకృతము గాకపోదు.

"ప్రకృతిచే లభ్యమగు ప్రభావ మనంతమయి, ప్రశాంతమయి, శుభప్రదమయి యజ్ఞాతరూపంబున మానవ హృదయాంతరాళమునఁ బ్రవేశించి దానిని బహిష్కరించి వేయును. ప్రకృతి పరిశీలనోద్భూతమగు విద్యుచ్ఛక్తి నిశ్శబ్ద ముగ మానవ హృదయమునఁ జొచ్చి దానియొక్క సమస్తో

ద్వేగముల నిర్మూలించివేయును. ఈ రహస్యమును గ్రహించుటచే మనుజున కేవిధమగు నిష్ఠురమును, వ్యాకులభావమును గలుగనేరవు.

అపుడు మానవుని ప్రచండమనోవేగము లుపొంగు టాగిపోవును. ప్రకృతియొక్క కృపాకటాక్షముచే లబ్ధమగు దివ్యశక్తి మనుష్యుల మతమతాంతరములనుండి యక్షుణ్ణమయి, వారి యంధవిశ్వాసములనుండి నిర్లిప్తమయి భాసిల్లుచుండును. ఈ పరమశక్తి పరమాత్ముని సామీప్యమందలి పవిత్ర ద్యుతితోఁ గూడివచ్చి ప్రకృతిమూలమున విశ్వవలయమునం దంతటఁ బ్రకాశించుచున్నది. ఆకాశమండలమునం దీపప్రభయే గోచరమగుచున్నది.

ఇదియే ప్రత్యేకనక్షత్రమందును నుద్దీపితమగుచున్నయది. ఇయ్యది యటునిటుఁ బరువులెత్తుచుండు మేఘశకలములందును, సంచలిత వాయుతరంగములందును గానమగుచుండును. ఇయ్యది వసుధపైఁగల పర్వతములందును, గనులందును, తరులందును, తృణగుల్మశూన్యములగు శిఖరములందును, చిర తుషార పూర్ణమగు నదీప్రాంతవాయువునందును మూర్తీభవించి యుండుచున్నయది.

ప్రకృతియొక్క యనంతప్రభావము దీర్ఘముగా విచారించినచో సంక్షుభితసాగరముయొక్క యసీమవక్షస్థలముమీఁద సుబోధకమగు భాషయం దంకితమై యున్నట్లు గోచరింపఁగలదు. అట్టి నిగూఢమగు భాషయందు వ్రాయఁబడిన రహస్యముల సంపుటీకరణమే ప్రకృతిమహాకావ్యము. అదియే మనయాత్మల కనంతసాహాయ్య మొనరించి, వానిని సుదృ

థము గావించి సమస్త భవబాధల సహింపఁదగినవిగా సిద్ధ మొనరించును.

భౌతికసూత్రములం దాబద్ధమయియుండు మన జీవిత బంధనములఁ ద్రెంచి మనకల్పనాదృక్పథమునం దాధ్యాత్మిక సౌందర్యముయొక్కయు, పారిశుద్ధ్యముయొక్కయు నవీన విశ్వమును నిర్మాణ మొనరించునదియు నీ ప్రకృతిప్రభావమే.

యువకులారా! మీ రీ ప్రభావమును గ్రహింపుఁడు. ఇద్దానిని స్వీకరించువ్యక్తి యపూర్వబల తేజస్సంపన్నుఁడయి కాలక్రమానుసారంబుగఁ దటస్థము లగుచుండు విపత్పరంపరలను, జీవితము నవ్యవస్థిత మొనరించు నానాసంకటములను సరకుఁగొనఁడు. ప్రకృతి వినోదశక్తి యలసి సొలసి యున్న వారికి సౌఖ్యావహమగు విశ్రాంతి నొసంగును. దుఃఖితులకు దుఃఖవిమోచన మొనరించును. భయభీతులకు సాహసమును బుట్టించును. దరిద్రులను సంపన్నులవలె సుఖింపఁజేయును.

కపటులయి, స్వార్థులయి, ద్రోహులయి యుండు దుష్టమిత్రులవలెఁగాక నిత్య మిది యేకాంతమందును, మానవునకు యథార్థవిశుద్ధవర్తనుఁడగు మిత్రునిఁబోలి సత్ప్రసంగము నొనరించుచుండఁ గలదు. ఈ పరమశక్తియే లోకాతీతుఁడగు పరబ్రహ్మయొక్క సచ్చిదానంద రహస్యములఁ బ్రకటింపఁ గలదు. బ్రహ్మానందపదవిని బడయ దీని ప్రభావముననే జ్ఞానమునకు బాహ్యాచ్ఛాదనమాత్రముగ నున్న మాయ తొలంగి చనును.

విశ్వహృదయమున నెలకొనియున్న సమస్తకిల్బిషములను, దుర్గుణములను విజ్ఞానమున కిదియే చాటఁగలదు. పరమా

ద్భుతమగు నీ ప్రకృతి వినోదశక్తియే మనయాత్మను మోహ నిద్రనుండి విముక్తమొనరించుచు, మనోభావముల దుర్బలత్వ మును నశింపఁజేయుచు, మన హృదయాంతరాళముల సర్వో త్కృష్టములగు సమున్నతభావముల సమావేశపఱచుచుం డును. యువకులు నేఁడిట్టి ప్రకృతి తత్త్వావలోకనశక్తిని గోల్పోయి కృత్రిమానందముల వెంటఁ బర్వెత్తుచున్నారు. ఇది పరమ హాస్యము.

కాల్పనికానందమును, క్షణికసౌఖ్యమును బరమసత్య మునకు విభిన్నములు గావున మానవుని చిత్తమం దవ్వానిచే దుర్వాసనాంకురములు నాటఁబడుచున్నవి. కావున మను ష్యుఁడు బాహ్యవేషముల కంటె సద్గుణములను, సత్ప్రవృత్తు లను ప్రేమించినచో విశుద్ధవర్తనుఁడయి లోకవిఖ్యాతికిఁ బాత్రుఁడు కాఁగలఁడు.

తే॥ జగతిలోపల బాహ్యవే•షముల కంటె
సద్గుణంబులు గలుగుటె•శ్లాఘ్యతరము
పై మెఱుంగులు రంగుల•పసలు లేక
శుద్ధహృదయులు లోక వి•శ్రుతులుగారె!
(నీతిదీపిక.)

ప్రకృతి నుపాసించుట, విలోకించుట, విమర్శించుట, మథించుట మొదలగు కర్మలచే నమందానందసౌఖ్యము నందఁ గల మనుజుని యాచరణ మెంతయు సాధుతమంబును, సరళం బును, గంభీరమునయి ప్రకాశింపగలదు. మానవాచరణము విశేషించి వాని జీవితధ్యేయ సాధనవిధానముపయి నవలంబిత మయియున్నది. భూమిమీఁదఁ ప్రాకులాడు పిపీలికమాదిగఁ

గల కీటకము లెట్లు మందమారుతమునందుఁ గల హాయి ననుభవింపఁగలవు ?

మనుష్యునిసంకల్ప మతిక్షుద్రమయిన దానిని నిర్వహింపుటకుఁ బ్రత్యేకించి ప్రయత్న మొనరింపవలసినంతటి యవసర ముండ నేరదు. ప్రయత్నముయొక్క ప్రేరణమువలననే మనుష్యునియందు సహనశీలత్వ మేర్పడుచున్నది. సహనశీలత యేర్పడినంతనే వాని మానసిక దైహికశక్తు లున్నతిఁజెందుచున్నవి. శ్రేష్ఠజీవితమును గడప నభిలషించువారు తమ యుద్దేశ్యముల సర్వోత్తమములుగను, ఆదర్శమును సర్వోన్నతముగను జేసికొని యుండు టవసరము.

మనుష్యులమగు మనము దీర్ఘముగ విచారించి, ఆచరణయోగ్యమని యెంచి నిశ్చయించుకొనిన పవిత్రాదర్శమును సమస్తవిధముల సార్థక మొనరించుట కనుగుణ్యమగు కృషి సల్పుచుండవలయును. అట్టి కృషిచే ననుదినము మన మానసికాధ్యాత్మిక తేజము నిష్కళంకమయి విస్తరిల్లుచుండఁగలదు.

పరిణామముయొక్క శ్రేష్ఠత్వమే మానవప్రయత్నమును విజృంభిత మొనరించును. ప్రయత్నముయొక్క నిర్మలానందము పర్యవసానముయొక్క బ్రహ్మానందముపై నాధారపడి యుండఁజాలదు. యుద్ధక్షేత్రమున యోధుల కొసంగఁబడు సువర్ణపతకముల కారణమునఁ బ్రత్యేక వీరోచితకర్మయందు నొక నవీనమును, మనోహరమును నగు కాంతి ప్రస్ఫుటితము కాఁగలదు.

వీరత్వముయొక్క స్మారకచిహ్నమును బ్రాప్తింపఁజేసి కొన నుద్యమించు సైనికులు తమ సాటిమిత్రు లందఱికంటె నధికమగు సాహసమును, ధీరత్వమును సమరమందుఁ బ్రదర్శింపఁ గలరు. వారియాత్మలు ఫలానంద సంస్మరణచే నుత్తేజితములయి, వీరత్వముయొక్క చరమసీమ నధిష్ఠింపఁగలవు.

కాన యువకులు ప్రకృతిపరిశోధన మూలమున సచ్చరిత్ర నిర్మాణకార్యమును సమర్థించి చిరశాంతిఫలము నందఁగలమను నవీనాశావిశ్వాసములతోఁ బ్రకృతితత్త్వముయొక్క నమ్రత్వమును, వ్యవహారముయొక్క మృదులత్వమును నిత్యముఁ గాంచుచు, వినోదించుచు నుత్తమాచరణ నిర్మాణార్థము త్వరపడుచుండవలయును. ఇట్లొనరించు యువకులనన్య సామాన్య సచ్చరిత్రులయి, సకల ధర్మానుష్ఠానముల విజయశీలురు కాఁగలరు.

"సద్భిరేవ సహాసీత సద్భిః కుర్వీత సంగతిం,
సద్భి ర్వివాదం మైత్రీం చ నాసద్భిః కించి దాచరేత్."

"సజ్జనులతోడఁ గలిసి కూర్చుండవలయును. సదా సజ్జన సాంగత్యమునం దుండఁదగును. సజ్జనులతోడనే మైత్రిని గాని, వాదవివాదములను గాని యొనరింపఁదగును. దుర్జనులతోడ నేవిధమగు సంసర్గమును గలిగియుండరాదు."

ప్రకృతి తత్త్వచింతన మీ శ్లోకప్రబోధానుగుణ్యమగు ప్రయోజనమును మానవజీవితమునకుఁ గలిగింప సమర్థమయి యున్నది.

భూపాలురయం దనేకులు భోగవిలాసములందే తమ జీవితకాలము నంతయుఁ గడపివైచుచుండ భోజుఁడు జీవిత

ప్రయోజనమును గుర్తించి, సదాచారసంపన్నుఁడయి దృఢ సంకల్పబలముచే సాహిత్యాభ్యుదయమును గావింపఁదలంచి కృషిచే మహాపండితుఁడయి గీర్వాణ వాణి నుద్ధరించి యుండెను. భోజనరేంద్రుని సమున్నతలక్ష్యమే సంస్కృత కావ్య వాఙ్మయాభివృద్ధికి మూలహేతువయ్యెను.

ఆంధ్ర సామ్రాజ్య నిర్మాతయు, విద్యానిధియు, వీరకేసరియు, మహాపురుషావతంసుఁడును, గండరగండఁడును నగు శ్రీకృష్ణరాయరాణ్మణియొక్క సాహిత్య సంపాదనా లక్ష్యము సమున్నతమేగాక యుండినచో నాంధ్రసారస్వత మీరీతి నెట్లున్నతినందియుండెడిది ? రాయలవారి ప్రశస్తమగు నున్నత లక్ష్యమే, ప్రగాఢ త్రిలింగ భాషాభిమానమే "దేశ భాషలందుఁ దెనుఁగులెస్స" యనిపించినది.

లక్ష్యమును, సంకల్పమును ననుసరించియే కార్యము యొక్క ఘనత యేర్పడుచుండును. ఉద్దేశ్యము ననుసరించి యాచరణము విరచితమగుచుండును.

మానవహృదయ మెప్పుడును జ్ఞానసంపాదన వ్యసన మందు నిరతమయి యుండవలయును. జ్ఞానసాధనమే మన జీవితోద్దేశ్యము. అదియే మానవజీవిత కర్తవ్యసాధనము. పవిత్రమగు నీజ్ఞానమును సంపాదించుచు నిరంతరము దేశదేశ ముల సంచార మొనరించుచుండినచో బ్రహ్మానందకరమగు విజ్ఞానము వాని హృదయాంతరాళమున వెల్లివిరియఁగలదు.

ఆత్మసంస్కరణబలముచేఁ బ్రేరితుఁడయి, ఉత్తేజితుఁ డయి యుండువానికి సంపత్ప్రలోభన మెట్లు కలుగనేర్చును? ఆతఁడు నిరంతరము స్వానుభూతియొక్క నిర్మలానంద

శాంతుల ననుభవించుచుండును. సదా విపత్పరంపరలు వాని నాక్రమించుచుండును. కాని యవి వాని యాత్మయొక్క నిశ్చలమగు స్వచ్ఛందస్వభావమును నష్టమొనరింపఁ జాలవు. మహా భయంకరములగు దుర్దినములు వాని యెదుటఁ బ్రత్యక్షము లగుచుండును. కాని యవియు సదుద్దేశ్యసాధన ప్రక్రియను భంగ మొనరింప లేవు.

చరిత్రబలమును గలిగియుండునట్టియు, తన చరిత్రము నం దెట్టి వికారములకును స్థాన మొసంగనట్టియు వీరుఁడగు యువకుఁడు సుఖదుఃఖములఁ గాంచి భీతుఁ డగుననుట కల్ల.

ఉదయే సవితా రక్తో రక్తశ్చాస్తమనే తథా,
సంపత్తౌ చ విపత్తౌ చ మహతా మేకరూపతా."

"సూర్యుఁ డుదయించునపుడును, అస్తమించునపుడును రక్తవర్ణ విభాసితుఁడుగనే యుండుచుండును. ఉదయాస్తమయకాలమందలి యతని వర్ణమునకును భేదము లేదు. ధీమంతులుసయితమిదియే చందమున సంపద్విపత్తుల యందును నొక్క రీతిగ నుండుచుందురు."

ఇటలీదేశముయొక్క సుప్రసిద్ధ చిత్రకారు నొకని క్షుద్రమానవుఁ డొకఁ డిట్లు పృచ్ఛించెను.

"ప్రియసోదరుఁడా! నీ వెట్లు రమణీమణుల మనోహర లలితభావపూర్ణములగు ముఖచంద్రబింబములఁ జిత్రింపఁ గలుగుచున్నాఁడవు?"

చతురుఁడగు నా చిత్రకారుఁ డిదిగో ప్రత్యుత్తర మొసంగుచున్నాఁడనని నుడివి బయటకరిగి యొక వికృతాకారిణియగు పల్లెటూరిపడుచును, వెంటనిడుకొని వచ్చెను.

ఆతఁ డామె నాకాశమువంకఁ జూచుచు మోమెత్తి కూర్చుండ నియమించెను. ఆస్త్రీ యట్లు కూర్చుండియున్న స్థితియందే చిత్రకారుఁడు దైవప్రార్థనఁ జేయుచున్న యొక రమణీమణి యొక్క భావపూర్ణమగు పరమసుందరమగు చిత్రమును జిత్రించివైచి తనమిత్రునకుఁ జూపుచు సోదరుఁడా! శిల్పకుని యొక్కయు, కవియొక్కయుఁ జిత్తమందుఁ బరిశుద్ధములును, సుందరములును నగు నున్నతభావములు సమావేశమయి యున్నచో ననుకరణీయ పదార్థ మెట్లున్నను వారు తమ కృతులఁ బ్రశస్తములుగనే సిద్ధమొనరింపఁ గలుగుదురు" అని ప్రత్యుత్తరమిచ్చెను.

నిర్మలమగు సమున్నతలక్ష్యముచే, దృఢసంకల్పబలమును ముఖ్యావలంబనముగఁ గొని మనుజుఁడు సకలలోక సంపూజ్యమగు ఘనకార్యమును సాధింప సమర్థుఁ డగుచున్నాఁడు.

యౌవనమందును దుర్విషయములకు వశీభూతుఁడు గానట్టి వ్యక్తియే సచ్చరిత్రుఁడు. సచ్చరిత్రుఁడే ధన్యుఁడు. యౌవనమున విషయాదులకు దాసుఁడుగాని వ్యక్తి వార్ధక్యమందును బలాఢ్యుఁడయి, పడుచువానివలె నుండి దేహాత్మలయం దెట్టిరోగములు లేక సుఖింపఁగలడు.

దిలీపుఁడు మహాసామ్రాజ్యమునకు నేతయయి యుండియు, రూపవతియగు భార్యను గలిగియుండియు, జవసత్వములు కలవాఁడయి యుండియు నెట్లుండియుండెనో కాళిదాస కవీంద్రుని వర్ణనమును బరికింపుఁడు.

"అనాకృష్టస్య విషయై ర్విద్యానాం పారదృశ్వనః,
తస్య ధర్మరతే రాసీ ద్వృద్ధత్వం జరసావినా."

—రఘువంశము.

"ఆ దిలీప మహారాజునకు వయస్సు యవ్వనమేయయి నను వృద్ధున కుండునట్టి యోగ్యతయనఁగా శబ్దాదివిషయము లందు వైరాగ్యమును, వేదవేదాంగాది సద్విద్యలందు సంపూర్ణ పాండిత్యమును, ధర్మమందాసక్తియును గలిగి యుండెను. యువకులు యౌవనము విలాసములందు దుర్విని యోగ మొనరింపక దిలీప భూపాలునివలె సద్వినియోగ మొనరించినచో ధన్యులయ్యెదరు.

బాలురకంటెను, వృద్ధులకంటెను యువకులే యీ ప్రపంచమునం దనేకవిధములగు ప్రలోభనములచే నిరంతరము బాధింపఁబడుచుందురు. వారి నొక వంక ధనతృష్ణయు, మఱొకవైపు రూపతృష్ణయు, ఇంకొకచో భోగతృష్ణయు, నిట్లెన్నెన్నియో భయంకర తృష్ణలు బాధించుచు శరీరజన సత్త్వములచే మదాంధులయియున్న యువకుల మోహాగ్ని కాహుతిఁ గావించుచుండును.

సామాన్యముగా యువజనప్రపంచము నాకర్షించు చుండు వివిధప్రలోభనాదికములఁ గూర్చి వ్రాయఁ బూనుచో నొక ప్రత్యేకచరిత్రయే సిద్ధము కాఁగలదు. ఆత్మ సంస్క-రణమున కావశ్యకములగు దైహిక, మానసిక నైతికభావనా విభాగములను గూర్చి వర్ణించుటకుఁ దొలుత మానవచారి త్రమును నష్టమొనరించుచుండు భయంకరములగు తృష్ణలఁ గూర్చి యొకింత వ్రాయుట యసమంజసముగాదు.

దుర్వ్యసనములలోని కెల్లఁ బ్రథమగణ్యములగు మాదక ద్రవ్యములనుగూర్చి యువకు లనేకగ్రంథములఁ జదివియే యుందురు. ప్రపంచమందలి శిష్టజాతులన్నియు మాదకవస్తువుల నేకగ్రీవముగ నిరసించియున్నవి. తన సామ్రాజ్యములో మాదకద్రవ్యవ్యాపారమును నశింపఁజేయనట్టి భూపాలుఁడు నింద్యుఁడనియు, ప్రజాకంటకుఁడనియు, నాస్తికుఁడనియు మనుధర్మశాస్త్రము వచించుచున్నది.

మత్తుపదార్థముల క్రయవిక్రయములచే ధనము నార్జింపఁజూచు సామ్రాజ్యము ధర్మనీతిశూన్యమయి, దౌర్జన్యమునకును, దుష్టవృత్తులకును, హత్యలకును, ఘాతుకచర్యలకును బట్టుగొమ్మయయి శీఘ్రకాలమందే జాడ్యగ్రస్తమయి యస్తమింపఁగలదు.

మత్తు మనుష్యుని పరిశుద్ధజీవితమున కొక భయంకరమగు దోషము. తీఱని కళంకము. ఏస్థితియందును మత్తు లోకహితమును గలిగింపఁజాలదు. మాదకద్రవ్య ప్రభావముచేనే యువకుఁడును సుప్రతిష్ఠ కార్యమునందు విజయమును సంపాదింపఁజాలఁడు. మద్యము నీచపదార్థ మగుటవలననే మనుధర్మాది శాస్త్రగ్రంథములు దానిని నిషేధించి యున్నవి. భారతాది మహాగ్రంథములందును, సురాపానము నిషిద్ధమనియు, దానిచే నెన్నియో విపత్తులు కలుగుననియు వచింపఁబడియున్నది.

ఆత్మబలముచే భారతచక్రవర్తి యగు నౌరంగజేబునంతటివానిని గడగడ లాడింపఁగలిగిన శివాజీ ప్రభువునకుఁ బుత్త్రుఁడయి పుట్టిన శంభాజీ మద్యపానముననే హీనుఁడయి

రాజ్యమును గోల్పోయెను. సురాపానముచే నెందఱో ధరణీపతులు నశించియుండిరి. కావుననే రాజనీతియు మత్తును నిషేధించినది.

"సురాం వై మల మన్నానాం పాపంచ మల ముచ్యతే,
తస్మాద్బ్రాహ్మణరాజన్యౌ వైశ్యశ్చ నసురాం పిబేత్."
—మనుస్మృతి.

"మద్య మన్నములయొక్క మలము. మలము పాప కారణమయినది. కావున బ్రాహ్మణ క్షత్రియ వైశ్యు లెవరును సురాపాన మొనరింపరాదు."

యువకు లనేకులు మాదకద్రవ్య సేవనమున కలవడి, తమ జీవితముల దుఃఖమయము లొనరించుకొనుచున్నారు. మత్తును సేవింప యువకుని సమస్తశక్తులు నశించిపోవుచున్నవి. శరీరము క్షీణించి, కళాకాంతులఁ దక్కి శల్యపంజరమయి పోవుచున్నది. బుద్ధి మందగింప స్మరణశక్తి యంతరించుచున్నది. ధనమూ వృథయగుచున్నది. మానమూ మంటఁ గలియుచున్నది. బంధువులూ యసహ్యించుకొనుచున్నారు. సంఘమూ సన్మానింపదు. స్వీయాంతరాత్మయూ ధిక్కరించుచుండును. కావున నట్టి యువకులు జీవించియుండియు మృత సమానులే యగుదురు.

తొలుదొల్త యువకుఁడు వ్యసనశీలురగు యువజనుల సాంగత్యముచేఁ గొంచెము కొంచెముగ మత్తును సేవింపఁ గడంగి యభ్యాసమహిమచే స్వల్పకాలమందు దా నొక మాదకద్రవ్యగతజీవనుఁడయి పోవుచున్నాఁడు. నేఁడు త్రాటికాయలంత నల్లమందు ఉండలను దిగ్రమింగువా రొకప్పుడు పెసరగింజలంతటి మాత్రల నుపయోగించియుండినవారే యని

వచింపఁ బనిలేదు. మత్తుపదార్థముల ననాయాసముగా నేఁడు ఘ్రాణింప నలవడిన బుద్ధిమంతులు రేపో మాపో వానిని గబళింప సమర్థులగుదురు.

సత్ప్రవర్తనమును సంపాదింపఁ దలంచువారు స్వప్నమందును మత్తుపొత్తు నిచ్ఛగింపరాదు. మత్తుచే నున్మత్తుఁడగు మనుజుఁ డేకార్యమును సక్రమముగా నిర్వహింపఁజాలఁడు. మాదకద్రవ్యసేవనముచేఁ గలుగు లాహిరి ధీవికాసమును నష్టపఱచును; నీతిధర్మజ్ఞానముల భ్రష్టమొనరించును; ఉదారోన్నతాశయములఁ బాడుసేయును; సత్కీర్తిని నశింపఁజేయును; సౌఖ్యానందముల హరించివేయును.

ఒకతూరి మత్తును సేవించినవాఁడు పిదప దాని పొంత కరుగరా దనుకొనుచుండియు దానిచే మోసగింపఁబడుచుండఁ గలఁడు. విద్యార్థిదశయందున్నట్టియు, వ్యవసాయ, వ్యాపార, వ్యవహారబాధ్యతల వహించినట్టియు యువకు లనేకులు వ్యాధిగ్రస్తులయి శరీరతత్వజ్ఞానశూన్యులును, విలాసప్రియులును, మూఢులును నగు డాక్టర్ల ప్రబోధముచేఁ దమ క్లాంతమస్తిష్కములకును, శ్రాంతచిత్తములకును, రుగ్నదేహమునకును మాదక ద్రవ్యసేవనముచే స్వస్థత సమకూరఁగలదను భ్రాంత విచారణమునకు లోనయి, అట్లొనరించి నూతనోద్దీపనముఁ గలిగించుచున్నారు.

నే నెఱింగిన యువకు లెందఱో లేఖనాధ్యయనప్రయాసముచే విసువుఁజెందియున్న మానసములను నూతనోత్సాహసంభరితములుగను, ప్రఫుల్లితములుగను జేయ నుత్తేజకములును, ఉన్మాదకరములును నగు మాదకవస్తువుల నుపయో

గించుచున్నారు. ఈ దుర్వ్యసనము మన దేశమందుకంటె విదేశములందు విశేషముగ వేరువాఱియున్నది.

మనోల్లాసమున కిట్టి పద్ధతి ప్రజ్వలించుచున్న ప్రచండాగ్నికుండమున ఘృతమును బోసినట్లుండఁగలదు. మత్తుచే మానవుఁ డేస్థితియందుఁ బ్రయోజనము నందఁజాలఁడు. అనుదిన మాదకద్రవ్యసేవనాభ్యాసము మృత్యువును శీఘ్రముగ మనదరిఁ జేర్పఁగలదు. మాదకద్రవ్యముల సేవింపనివాని స్థితి యెటులుండునో మహాత్ముఁడగు షేక్స్పియరు మహాకవి వర్ణించియున్నాఁ డవధరింపుఁడు.

> "Though I look old, yet I am strong and lusty,
> For in my youth I never did apply
> Hot and rebellious liquors in my blood."
>
> —Shakespeare.

"నేను ప్రాయము గడచినవానివలెఁ గానఁగుచున్నాను. కాని మిక్కిలి బలాఢ్యుఁడను, పటుత్వముగలవాఁడను నయియున్నాఁడను. కారణ మేమన నేను నా యౌవనప్రాయమందు విస్మరించియు నుష్ణకరములును, దమనాసాధ్యములును నగు మాదకరసముల నారక్తమునఁ గలిపియుండలేదు."

ఒకతూరి మాదకద్రవ్య సేవనభ్రాంతికి స్వాధీనుఁడయిన యువకుని కృత్రిమోద్దీపనవాంఛ యనుదినము ప్రబలము గాఁగలదు. అట్టిచో వాని తృష్ణ యనుదినాభివృద్ధి నందదాని నటుపిమ్మట నిరోధించుటయే మిక్కిలి కష్టసాధ్యమగును.

మహాపురుషు లెందఱో మత్తుయొక్క యీ దుష్ట ప్రకృతిని స్వానుభవముచేఁ గనిపెట్టియున్నారు.

స్వాభావికశక్తిద్వారమునఁ గావింపఁబడు కార్యపరిణామ ముత్తమమయి యుండఁగలదు. ప్రతిమానవుఁడు స్వాభావికశక్తినే సంపాదించునిమిత్తము ప్రయత్నింపవలసి యుండును. కృత్రిమోద్దీపనమును గార్యసాధనముగ నవలంబించుట పరమ దోషము.

విశాలమగు నీసమస్తవిశ్వమందు మనుష్యశరీర మొక దేవాలయము లేక పుణ్యమందిరము. దీనికంటెఁ బవిత్రమగు సదన మీ యిహమందు మఱొక్కటి గానరాదు.

మనుజుఁడు మానవశరీరముపైఁ దత్కల్యాణాభిలాషచేఁ జేయిడిన స్వర్గధామమును బడయఁగలిగినట్లె యగును. దేహమును సక్రమవిధానానుగుణ్యముగ సంరక్షింపఁగలిగిన మానవుఁడే చరిత్రబలసంపాదనమందు విజయుఁడగుచున్నాఁడు. ఈ యుద్దేశ్యములనే సమర్థించుచు నొకానొక మహాపురుషుఁడీ పూతవచనముల వచించియున్నాఁడు."

"మూఢమానవుఁడా! నీవు లఘుదృష్టితో వీక్షించు నీశరీరము సర్వలోకవంద్యమగు దివ్యాత్మయొక్క పవిత్రమందిరమను విషయమును విస్మరించితివా? తదాత్మయే సచ్చిదానందుఁడగు పరమాత్మునిప్రధానాంశ మని తెలియకుంటివా? అయ్యో! ఎంత మూఢుఁడ వయితివి. నీ కింక విమోచన మెక్కడ? ఇఁక నయిన జాగ్రత్తవహించి దేహము నమూల్యమగు పదార్థముగ గ్రహించి దుర్విషయములకయి దానిని నష్టమొనరింపకుము."

ధర్మాత్ములును, జ్ఞానసంపన్నులును, దేహవిలక్షణ నిర్మాణమహిమాభిజ్ఞులును నగు బుద్ధిమంతులు సదా దేహమును బాహ్యాభ్యంతరమగు నపరిశుద్ధ్యమునుండి సంరక్షింప యత్నించు చుందురు. సర్వకాల సర్వావస్థలయందు వారు శరీరహిత సాధనమందు దత్తచిత్తులయి యుండుచుందురు.

మానవసంఘము స్త్రీలకు సతీత్వమే ప్రాణముకంటె శ్రేష్ఠమగు వస్తు వని వచించుచుండునేగాని చరిత్రపోషణ సంస్కారణములు పురుషులకు జీవితలక్ష్యము లని వచించుట విస్మరించినది. ఆత్మాభ్యుదయమునకును, జీవితసౌఖ్యానందములకును, చిత్తసువ్యవస్థకును, ఆధ్యాత్మిక తేజోబలపోషణమునకును అకాలమృత్యు విమోచనమునకును స్త్రీలకేమి, పురుషుల కేమి సకలమానవులకుం బ్రహ్మచర్య మావశ్యకమయి యున్నది.

"A sound mind in a sound body."

"సుస్థిరమగు దేహమందే నిశ్చలమగు చిత్తముండుట కద్దు."

పైన నుదహరించిన యూనానీతిశాస్త్రసిద్ధాంతము సత్యమయినది. యువకు లీ సిద్ధాంతము నాచరణోన్ముఖమొనరింపగలిగినపుడే చరిత్రవిషయమున మిక్కిలి బలాఢ్యులు గాంగలరు.

నిష్కళంకమగు శరీరమందే విశుద్ధమగు చిత్తము నిర్మలమగు బుద్ధి, సమున్నతాశయములు, సౌమ్యప్రవృత్తులు, సత్కర్మలు నిర్ద్వంద్వగమనము, మృదులప్రయత్నము సత్సిద్ధాంతము, విశుద్ధవివేకము, భగవద్భక్తి, విశ్వప్రేమ, స్వార్థ త్యాగము, సౌఖ్యానందశాంతులయం దచలవిశ్వా

సము, పవిత్రోపాసన, అధ్యాత్మ తేజము మొదలగు సుగుణముల యొక్క మూలము సుస్థిరముగా నెలకొనియుండుచున్నది. ఆత్మానుభవానందము వ్యభిచారముయొక్క నింద్యకుత్సితానందము కంటె సహస్రగుణము ఉత్తమమయినది.

యువకుఁడా! ఆనందోత్పత్తి కాత్మయే మూలస్థానమని గ్రహింపలేక మూఢుఁడవయి నీవేల విషయాదుల సేవించుచు జీవితమును వ్యర్థమొనరించు కొనుచున్నావు? అజ్ఞానివయి, మదోన్మత్తుఁడవయి స్త్రీవ్యామోహమునకు వశుడవగుచు సువర్ణభండారముకంటె, రత్నరాశికంటె నమూల్యమగు నీ చరిత్రధనమును గోల్పోవ సిద్ధపడుచుంటివేమి?

స్త్రీచింత నవనీతముపాలి యగ్నివలెఁ బురుషహృదయమును ద్రవీభూత మొనరించివేయునని గురుజనులు వచింప వినియుండలేదె? స్త్రీసంగమమునొక సౌఖ్యదాయకమగు వృత్తిగ భ్రమించుచుంటివా? ఛీ! ఛీ!! నీ మూఢమతికి, నీజడబుద్ధికిఁ గోటిధిక్కారములు.

వ్యభిచారికంటె నీ భూలోకమున మహాపాపి మఱొక్కఁడు లేఁడని బుద్ధాది మహాత్ములు నుడివియున్న విషయమును మఱచితివా? నాయనా! స్వప్నమందయినను బరకాంతాభిలాషనుగలిగియుండకుము. సంభోగము కడుహీనమయిన వృత్తి. స్వపత్నిసంసర్గమే నీచమయియుండఁ బరదారాగమనమెంత పాపదాయకమో విచారించుకొనుము.

నీవు బ్రహ్మచర్యాశ్రమమందున్న సదా త్రికరణముల స్త్రీవ్యామోహదృష్టిని బహిష్కరించి వేయుము. గృహస్థుఁడ

వయియున్నచో సంతానము నిమిత్తమే సంసర్గమను జ్ఞానమును బొంది సర్వదా స్త్రీవ్యామోహము నీ హృదయమును స్పృశింపకుండు నట్లొనరించుము.

"అమేధ్యపూర్ణే క్రిమిజాలసంకులే
స్వభావదుర్గంధ వినిందితాంతరే
కలేబరే మూత్రపురీషపూరితే
రమంతి మూఢా విరమంతి పండితాః."

—యోగోపనిషత్తు.

"మలముతో నిండియున్నదియును, క్రిమిసముదాయసంకులమును, సహజదుర్గంధపూర్ణమును, మూత్రపురీషపూరితంబును నగు నీకళేబరమునే భోగింప మూఢు లాసక్తులయియుండ పండితులు దానియెడ విరక్తులయి యుండుచున్నారు."

ప్రాపంచిక సౌఖ్యశాంతులం బడయుటకు బుద్ధియొక్క స్థైర్య మెట్లపేక్షణీయమో, అదియేచందమునం గుత్సిత వాసనాజాలమునుండి చిత్తము విముక్తమయి యుండుటయు నావశ్యకము. సమస్తలోకమునకు మహాశత్రువగు వ్యభిచారముయొక్క భీషణప్రభావము దేహమును, బుద్ధిని, మస్తిష్కమును, హృదయమును, జీవాత్మను దూషితమొనరించి వేయుచున్నది. వ్యభిచారమను దుర్వృత్తిచే మహాదుస్థితికిం బ్రాపించిన యువజనులసంఖ్య గణనాతీతమయియున్నది.

దుర్వ్యసనము లోహమును ద్రుప్పు ద్రమింగివేయు విధంబున యువకుని జీవితమును గబళించి వేయుచున్నది. దుష్కర్మలయొక్కయు, దుర్వ్యసనములయొక్కయుం గిల్బిషము

మానవహృదయాంతరాళమునఁ బుట్టి కానరాకుండ నాహృదయమును లోలోన గుల్లఁజేసి, వానియాత్మను దూషితమును, జర్జరమును గావించివైచి వాని దైవసంపదల నెల్ల హరించివేయును.

యువకుఁడా! ప్రాణ మోడుటకేని సమ్మతించుము. కాని దైవసంపద యనఁదగిన నీ మంచి నడవడిని మాత్రము మలినపఱచుకొనకుము. చరిత్రభ్రష్టుఁడవైతివా నీ జీవితము పాపభూయిష్ఠమయి, ఒక్కసారిగ భయంకరదుర్భర దుఃఖవారిధిని మునుంగఁగలదు.

చరిత్రహీనులు మహాపాపులు; ఘోరహంతకులు. యమదూతలు భయంకరాకారులయి వారిపాపము లెపుడు ఫలించునా, వారి నెప్పుడు మ్రింగుదుమా యని వెంటాడుచుందురు. దుశ్చరిత్రులను యమదూతల ప్రచండాగ్నితప్తములగు లోహదండములు నుగ్గునూచఁ గావించును. దుర్గుణములు, దుర్భావములు, దుశ్చేష్టలు భయంకరవిషసర్పము లని గుర్తించుము. ప్రాణముపై నాస వదలుకొనినపుడే వానిని దరిఁజేరనిమ్ము.

శుద్ధసాత్త్వికప్రేమను సమూలముగ విధ్వంస మొనరించునట్టియు, స్త్రీ పురుషాదుల పవిత్రసంబంధమును గలుషిత మొనరించునట్టియుఁ దృష్ణనుండి యువకులెల్లరు దూరముగా నుందురుగాక!

అశ్లీలములగు హాస్యపరిహాసములు, నింద్యములగు క్రీడావినోదములు, కామోద్రేకవర్ధకములగు దుష్టగ్రంథములు, కామరస సంభరితములగు గీతములు, జావళీలు,

పాటలు, వేశ్యాభినయనృత్తగీతములు, మాదకపదార్థసేవనము స్త్రీచింతనము, దుర్జనసాంగత్యము మొదలగు దుష్టవిషయముల సమూలముగ నశింపఁజేసినఁగాని యువకు లుత్తమ చారిత్రులు గాఁజాలరు.

వ్యసనములు మానవునకు భయంకరశత్రువు లని విని యుండియు యువకు లనేకులు మానసిక దుర్బలత్వముచేత వానికి దాసు లగుచున్నారు. మనుష్యజీవిత నిబంధనలను శిథిల మొనరించుట కెన్నియో దుర్వ్యసనము లవసరము లేదు. మానవ విశుద్ధచారిత్రమునం దొక్క వ్యసనము ప్రవేశించి నను భ్రష్టత్వము సిద్ధించి తీరును.

అపవిత్రములగు భావములవైపునకు జిత్తమును నాకర్షించుచుండు సకలవస్తుసముదాయముల సత్వరమే బహిష్కరించివేయవలయును. పాపమున కొకతూరి మనవర్తనమున స్థాన మొసంగినచో నయ్యది నిత్యము కాలిచప్పుడు వినరాకుండఁ బిల్లినడకతో వచ్చి మనజీవితగేహమును జొచ్చి మన జ్ఞాన సర్వస్వము నపహరించుకొని పోవుచుండును.

విశ్వమందలి సకలపాపసముదాయమునుండి తన చారిత్రమును సంరక్షించుకొనఁగల యువకుఁడే మహాధీరుఁడు. ప్రపంచముయొక్క దశదిశలనుండి సర్వకాల సర్వావస్థల యందు మానవచరిత్రమును భ్రష్ట మొనరింప నేతెంచుచుండు సమస్త దుర్గుణములను, దుశ్చింతలను నిర్జింపఁగల ధీరుఁడే సచ్చరిత్రుఁడు; సకలలోక సౌఖ్యానంద భోగపాత్రుఁడు.

సమస్తలోక సామరస్యమగు శౌచమున కుద్గమస్థాన మంతఃకరణము. అంతఃకరణమునకు విశేషానందమును బ్రసా

దింపఁగల నైర్మల్యము దర్శన శ్రవణ కథనాఘ్రాణ స్పర్శ ముల సుదృఢసంయమశక్తినుండి సంప్రాప్తమగుచున్నయది. స్వయముగా నశుద్ధములయి యుండక విశుద్ధవస్తువుల దూషిత మొనరించు పదార్థము లెన్నియో విశ్వమునఁ గలవు.

పరిశుద్ధమగు విశాలభావమును గుంఠిత మొనరించు నట్టియు, విమలభావముతోఁ గల్మషమును సమ్మిశ్రితముఁ గావించునట్టియు దుర్భావము సత్వరత్యాజ్యము. మన భావ ములు దుష్టములును, విషయాసక్తములును నయి యున్నచో నధోగతియే మనకవశ్యభోక్తవ్యమగును. మానవుని భావము ననుసరించియే సత్ప్రవర్తనమును, దుష్ప్రవర్తనమును విరచిత ములయి వానికి స్వర్గనరకములఁ గూర్చుచున్నవి.

"As a man thinketh in his heart, so is he."

—Bible.

"తన స్వాంతమునఁ జింతించురీతిగనే మనుజుఁడు నిర్మింపఁబడుచున్నాఁడు."

—బైబిలు.

"యాదృశీం భావనాం కుర్యాత్సిద్ధిర్భవతి తాదృశీ."

—భగవద్గీత.

"ఎట్టి భావమును గలిగియుందువో యట్టి ఫలితమే సిద్ధించును."

—భగవద్గీత.

సమస్త దుర్విచారములును, ఇంద్రియలోలత్వము యొక్క ప్రమాదపూర్ణములగు నిఖిలకర్మలును మానవుని విశుద్ధచారిత్రమును నష్టమొనరించు ప్రబల శత్రువులు.

యువకుఁడా! ఇంద్రియాసక్తుల స్నేహమును స్వప్న మందయినను ప్రేమింపకుము. వేపచెట్టుక్రిందఁ బుట్టి పెరుగు

తియ్యమామిడిగున్న యొక్క పరిపక్వఫలములును జేదుగా నుండునను శాస్త్రజ్ఞుల వాక్యమును విస్మరింపకుము. సుశిక్షిత ఋషికుమారుఁడేని దుష్టసాంగత్యముచే శూద్రాధముఁడగుట నిశ్చయ మని గ్రహించుము.

దూషితసంసర్గము దుఃఖకారణము. కావున సదా భద్ర వాతావరణమునం దుండుము. శిష్టభావసంపత్తిని వృద్ధిఁగావించు కొనుము. సంయమప్రభావముచేఁ జారిత్రమును వజ్రతుల్య మొనరించుకొనుము. అవిరామమగు పరిశుద్ధాలోచనముచే మానసికవికాసమును విజృంభిత మొనరించుము. పవిత్ర వస్తుల దర్శింప నువ్విళ్ళూరుచుండుము. మహాత్ముల హిత బోధలఁ జెవి నిడుచుండుము. ధర్మగ్రంథముల నేకాంతమిత్రములుగ భావించి వానిని సదా పారాయణ మొనరించు చుండుము. మహాపురుషుల జీవితముల నాదర్శప్రాయములుగ నెంచి తదనుకరణమునకుఁ జీటికిమాటికి యత్నించు చుండుము.

నీ మానసము వ్యాకులముగా నున్నపుడు ప్రకృతి సౌందర్య విలోకనముచే వినోదించుచుండుము. నీతివిరుద్ధములు గాని సౌమ్యవృత్తులచే—సాధుకర్మలచే సుఖించుము. సద్విద్యనే భోగ్యపదార్థముగ సంభావించుము. మనోవికారముల నిర్మూలించుము. చిత్తశౌచమే మోక్షమందిర ప్రథమసోపానమని విశ్వసించుము. విశుద్ధ సరళ సౌమ్య సుందర స్వభావమే యక్షయామృతనిధి యని గుర్తించుము. ఉత్తమాచరణ సంపాదనమే నీ జీవిత ముఖ్యలక్ష్య మని గ్రహించుము.

సత్ప్రవర్తన మనన్య సౌఖ్యానందకందము. అయ్యది సకల మానవుల కవశ్యాచరణీయము. సర్వజన సంస్తవ పాత్రము. లోకోత్తరమగు సత్ప్రవర్తనమును మహాసౌభాగ్యమును సంపాదించుటకు రెండే యుత్తమసాధనములని గ్రహించుము. ఒకటి దురభ్యాస బహిష్కరణము. రెండు సదభ్యాసపరిగ్రహణము.

"Mend your manners and they will mend your fortune."

"కుమారా! నాకడపటి వాక్యము నాలింపుము. నీ వర్తనమును సంస్కరించుకొంటివా యదియే నీభాగ్యమును నీస్వాధీన మొనరించును."

పదియవ ప్రకరణము

గ్రంథావలోకనము

"యస్యాస్తి సద్గ్రంథవిమర్శభాగ్యం,
కిం తస్య శుష్కై శ్చపలా వినోదైః."

సద్గ్రంథములఁ బఠించు మహాభాగ్యమునకు నోఁచిన వ్యక్తికిఁ జంచల స్వభావయగు లక్ష్మి శుష్కవినోదముల తోడఁ బనియేమున్నది?"

"పురాణ మితిహాసం చ తథాఖ్యానాని యాని చ,
మహాత్మనాం చ చరితం శ్రోతవ్యం నిత్యమేవ చ."

"సదా మానవుఁడు పురాణములు, ఇతిహాసములు' ఆఖ్యాయనములు, మహాపురుషుల జీవితచారిత్రములు వినుచు జదువుచు నుండవలయును."

"సద్గ్రంథపఠన శ్రవణ రచనములచే భవసాగర సంతరణయోగ్యమగు నాదర్శపురుషుల జ్ఞానపథము మనుజునకు లభించును. ఆత్మవివేకము జాగృతమగును అనుకరణ శక్తి, యోజనాపటిమ, కల్పనాసామర్థ్యము స్మరణయోగ్యత విజృంభితములగును. సద్గ్రంథపఠన మజ్ఞానారణ్యమును భస్మమొనరించుటకు దవానలము వంటిది. సద్గ్రంథావలోకనము యోగత్రయమును సాధించుటకు మూర్తిపూజకంటె నత్యుత్తమంబగు నారాధనము." —దయానందసరస్వతి.

యువజనుల పవిత్రములగు సమస్త కర్తవ్యములలో నుత్తమగ్రంథావలోకనము గణ్యస్థాన మలంకరించుచున్నది. అనుదినము ప్రపంచసంసర్గముచే యువకుల హృదయాంతరాళముల దొరలు దోషపుంజముల నిర్మూలించుటయందును మహాపురుషోచితములగు సద్గుణసదాశయములఁ బెంపొందించుటయందును, సద్గ్రంథావలోకన మొసంగు సహాకారము వర్ణనాతీతము.

సదా వ్యామోహపాశములకుఁ జిక్కి విషయభోగాదులను వలచుచుండు యువకులకు దుష్టకర్మలయొక్క భయంకర పరిణామమును గన్నులఁ గట్టినట్లుగాఁ బ్రదర్శింపఁగల లోకోత్తరమగు సామర్థ్య మీ సద్గ్రంథపఠనమందుఁ గలదు. యుక్తాయుక్తములఁ దెలియనేరక దుర్మార్గము ననుసరించు యువజనుల చిత్తముల సంస్కరించి వారల సత్పథమున కీడ్చి తెచ్చున దీ గ్రంథపఠనమే. జననమాదిగ మరణపర్యంతము మానవుని చారిత్రమందు ద్వివిధములగు పఠనములు గోచరించుచున్నవి.

ఒకటి సకల జీవసామాన్యమైనది. రెండవది మానవ జీవునకు జననమునకుఁ బిదప యుక్తప్రాయము వచ్చిన పిమ్మట సాధ్యమగునది మాతృగర్భమునుండి భూలోకమున కేతెంచినపిమ్మట జీవుఁడు శైశవమును గడచి, బాల్యదశ నందినప్పటినుండియు విశ్వమహాకావ్యమందలి వివిధ విషయముల విలోకించుచు, నాలించుచు, సంస్మరించుచు, భాషించుచుఁ దిరిగి వానినిఁగూర్చి యథాశక్తి విమర్శఁ జేయుచున్నాఁడు. ఈ విమర్శయే సర్వమానవ సామాన్యమగు పఠన మనఁబడుచున్నది.

అనంతరము జీవుఁడు బాలుఁడయి భాషను నేర్చి, తద్భాషా ప్రయుక్తసంకేతముల మూలమున గ్రంథస్థమయియుండు మహాపురుషుల జ్ఞానవిజ్ఞానానుభవమును శ్రద్ధమెయిఁ బఠించి యుక్తాయుక్త విచక్షణజ్ఞానమునుఁ బడయఁ గలుగుచున్నాఁడు. ఈ పఠనమును గూర్చియే యీ ప్రకరణమందు విపులముగఁ జర్చింపఁబడును. అకృతిబద్ధమగు జ్ఞానస్వరూపము నవలోకించుటయే పఠనమని చెప్పఁబడుచున్నది.

సద్గ్రంథపఠన సంజనితములగు వివిధప్రయోజనములచే మానవుని యిహపరజీవితము సార్థకమగు మార్గ మనాయాసముగ నిర్మింపఁబడుచున్నది. నేఁడు మృదుమధురముగా సంభాషింప లేనట్టియు, సద్విషయములనుగూర్చి హృదయాహ్లాదకరముగఁ బ్రసంగించి, బంధు బాంధవులఁ దనియింపఁజేయఁ జాలనట్టియు. ఘనకార్యములు కృషిచే నవశ్యము నిర్వహింపఁ బడఁగలవను కర్మయోగసూత్ర పరిజ్ఞానము లేనట్టియు, పశుప్రాయమగు మూఢజీవితమును గడపుచున్నట్టియు విచిత్ర మానవుఁడే చదువ నేర్చి, సద్గ్రంథముల నాశ్రయించినచో నల్పకాలమందే పై నుడివిన సద్గుణముల నన్నింటి సులభముగా సంపాదించి, యోగ్యుఁడయి లోకసన్మానభాజనుఁ డగును.

"ఆ॥ చదువు చదువకున్న ♦ సౌఖ్యం బిలను లేదు
చదువు చదివెనేని ♦ సరసుఁడౌను
చదువు మర్మమెఱిఁగి ♦ చదివిన చదువురా
విశ్వదాభిరామ ♦ వినురవేమ!"

పఠనము మూఢుని జ్ఞానిగను-అలసుని కర్మవీరునిగను-భీరువును ధీరునిగను-లుబ్ధు నుదారునిగను-క్రూరుని సదయ హృదయునిగను జేయఁగల మహత్తరమగు సామర్థ్యమును గలిగియున్నది. పఠనము లేకయే సృష్టియందే మహాపురుషుఁడును మూఢజనసామాన్యమగు తనపూర్వస్థితిని బాపుకొని యుండియుండఁడు. సామాన్యమనుష్యత్వమును మహాపురుషత్వముగఁ బరిమిణింపఁ జేయఁగల నిగూఢమగు శక్తి సద్గ్రంథావలోకనమందే వెలయుచున్నది.

శ్రీరామకృష్ణపరమహంసాది స్వల్ప సంఖ్యాకు లే సద్గ్రంథ పఠనము లేకయే, సద్గ్రంథశ్రవణముచే నుద్ధరింపబడి యుండిరి. జనసామాన్యమును సద్గ్రంథశ్రవణముకంటెఁ బఠనమే సులభముగను, శీఘ్రముగను సంస్కరింప సమర్థమయి యున్నది. నిర్దోషమగు జ్ఞానమును, నిశ్చలమగు ననుభవమును, పరమసత్యమగు జీవితలక్ష్యమును లోకమునకుఁ గలిగింప నెంచియే మహాత్ములును, జ్ఞానమూర్తులును నగు ఋషివరేణ్యు లధ్యయనము నిమిత్తము వేదవేదాంగముల విరచించి భారతీయ లోకమునకు సమర్పించియున్నారు.

చరాచరాత్మకమగు ప్రపంచముయొక్క రహస్యములఁ దెలియుటకును, మహాకాలగర్భమున నిమిళితమయిపోయిన భూతకాల మహాపురుషుల విజ్ఞానమహాసంపదను సముపార్జించి తెచ్చి సుఖముగా ననుభవించుటకును మానవకోటికి గ్రంథావలోకన మత్యంతావశ్యకము. గాఢాంధకారబంధురమగు మందిరమును సుశోభితముగను, ప్రయోజనకారిగను, జేయుట కెట్లు దీప మపేక్షిత మగుచున్నదియో, అదియేచందమున

సత్యాసత్య ద్వంద్వభావసమ్మిశ్రిత మగు ప్రపంచమధ్యమున యుక్తపథము ననుసరించి జీవితోన్నతినిఁబడయుటకు మార్గదర్శకముగానుండు లోకానుభవపూరితములగు సద్గ్రంథముల పఠనము వాంఛనీయమయి యున్నది.

సకలలోకాభ్యుదయము కేవలము సద్గ్రంథావలోకన సంప్రాప్తమగు విజ్ఞానసౌభాగ్యముమీఁదనే యాధారపడి యున్న దనుటలో నతిశయోక్తిలేదు. యువకులకుఁ దమజీవిత కాలమందు నిత్యానందమును గలిగించుచు, వారిని దుర్గుణములనుండి సంరక్షించుచు, ప్రత్యేకదశయందు వారికిఁ గరావలంబన మొసంగుచు నుండఁగల దివ్యమగుసాధనము సద్గ్రంథ పఠనమే.

ప్రపంచమునం దెన్ని యంతరములు వాటిల్లినను, ఎట్టి కష్టములు సహింపవలసివచ్చినను యువకులు సద్గ్రంథావలోకనమునుండి విముఖత్వమును వహింపరాదు. సద్గ్రంథపఠనాభిరుచి కలవడిన యువకుని మనశ్చాంచల్యమును, కామసంక్షుభిత స్థితియు.నశింపఁగలవు, వానిచిత్త మెపుడును, జ్ఞానమయంబగు భావలోకసంచారమునకుఁ గడంగి, భౌతికప్రపంచ దుర్విషయములఁ జిక్కక, సదా స్వచ్ఛందమయి, నిర్మలమై తేజోమయమయి, నవీనవికాస సంభరితమయి రాణింపఁ గలదు.

దుష్టజన ప్రీతిపాత్రమగు వేశ్యాధర పీయూషపానమందుకంటె, చక్కెరయందుకంటె, ఐహికభోగములందుకంటె నపూర్వమును, అత్యధికమును, అకలుషితమును నైతికమును నగు మాధుర్యము సద్గ్రంథావలోకనముచే

ధనాఢ్యులు, నిర్ధనులను భేదములేక సకలమానవాళికి సులభముగా లభ్యమగుచున్నది.

సద్గ్రంథావలోకనముచే యువకుఁడు బుద్ధిమంతుఁడయి యెంతటి దుఃఖమునయిన, తాపమునయిన మఱచిపుచ్చవచ్చును.

"సద్గ్రంథములలో దివ్యమగు నాత్మ యున్నది. ఆత్మవలెనే సద్గ్రంథములు సయితము మనశ్వరములు. కావున వానినాశ్రయించువాని కక్షయానందము ప్రాప్తించును."-లిటను.

గ్రంథపఠనాభిరుచిచే మానవుని నరకజీవితము స్వర్గీయమగునని విద్వాంసు లెందఱో నుడువుచున్నారు. గ్రంథములలో గొన్ని రుచిని, హర్షమును, మనోల్లాసమును బ్రసాదించుచున్నవి. కొన్ని గ్రంథములు భక్తిని, జ్ఞానమును, వైరాగ్యమును గలుగజేయుచున్నవి. మఱికొన్నిగ్రంథములు మానవునకుఁ గర్తవ్యమును, ధర్మములను, యుక్తాయుక్తవిచక్షణను బోధించుచున్నవి. ఇట్టి గ్రంథములయొక్క పఠనమే సర్వోత్తమ భౌతిక జీవితనిర్వహణమునకును, మోక్షమునకును, మూలసాధనము కాఁగలదు. కేవలము విద్యావిహీనులయి, వ్రాయను, చదువను నేర్వకయే విశ్వమందనేకులు మహాపురుషులు కాఁగలిగి యుండిరనియు, అట్టి యపూర్వస్థితి సర్వజనసామాన్యము కాదనియు నుడివియున్నాఁడను.

మహాపురుషు లనేకులు విద్య నభ్యసించియుండని కారణమున సద్గ్రంథములఁ బారాయణ మొనరించు సౌభాగ్యమునకు నోచనివారలయి, తమ మానసికపరిస్థితులను, క్లిష్టసమస్యల నెదుర్కొనవలసినవానిగాఁ జేసికొనియున్నారు.

వివిధ సద్గ్రంథావలోకనముచే మానవుని ప్రజ్ఞయు, ప్రతిభయు, అనుభవమును, పరిశోధనశక్తియు వృద్ధినందుచున్నవి. కబీరుదాసువలె లోకమందలి సమస్తమానవులు చదువను, వ్రాయను నేర్వకయే జ్ఞానవిజ్ఞానముల సంపాదింపఁజాలరు. చదువు నేర్చినవారియందును జ్ఞానశూన్యు లనేకులు గలరు. మనుజుఁ డొక సద్గ్రంథమును బఠించి, అందలి సారాంశమును గ్రహించి ధర్మవిదుఁడయి, తద్ధర్మముల నెల్లఁ ద్రికరణ శుద్ధిగ ననుష్ఠించినగాని ధన్యుఁడు గాఁజాలఁడు.

ఈ కారణముననే గురుజనులు చదువు వేఱు, సద్గుణము వేఱని వచించియున్నారు. చదువుచే మానవునకు ధర్మపరిజ్ఞానము కలుగఁగలదు. మనుజుని ధర్మాచరణపరాయణునిఁ గావించు ప్రోత్సాహమును సద్గ్రంథావలోకనముచే లభింపఁగలదు. ధర్మానుష్ఠానబాధ్యత సంపూర్ణముగా మానవునిపై నవలంబితమై యున్నది. సామాన్యముగాఁ బ్రపంచమందలి విశేషసంఖ్యాకులు సద్గ్రంథావలోకనముచే సంస్కరింపఁబడినట్లు లోకానుభవచారిత్రము చాటుచున్నయది.

ప్రాయికముగా నెట్టి జడమతియయినను బుద్ధిపూర్వకముగ సద్గ్రంథమును బారాయణ మొనరింపఁ గడంగినచో నవశ్యము ప్రతిభావంతుఁడు గాఁగలఁడు. కోటి కొక్కఁడు సుజ్ఞానప్రభచే దేదీప్యమానముగ వెలుంగుచున్న సద్గ్రంథాంతరాళమునఁ బ్రవేశించియుఁ దన యజ్ఞానాంధకారమును బాపుకొనఁజాలనివాఁ డయి యుండవచ్చును. అట్టివానియందు జన్మతోడనే మనుష్యత్వమున కుచితములగు యోగ్యగుణము లెన్నియో లోపించియుండిన వని చెప్పక తప్పదు. సద్గ్రంథ

పఠనము సర్వజన శ్రేయస్కరమను సిద్ధాంతము సార్వదేశికము; సార్వకాలికము. ఇం దావంతయు నసత్యము లేదు.

ఆత్మసంస్కరణ విధానమందు స్వయంపఠన మొక ప్రధానాంగము. ఒక జాతికి సంబంధించిన వ్యక్తులు మఱొక జాతియొక్క సాహిత్యక్షేత్రమునఁ బ్రవేశించి యందలి భావ సంపత్తిని సంపాదింపఁ జూచుటకంటెఁ బ్రతిమానవుఁడును దొలుదొల్త జాతీయ సాహిత్యమునందలి యుత్కృష్టతను గ్రహించుటకు సన్నద్ధుఁడు గావలసియుండును. మనుష్యజాతి యొక్క కల్యాణము నిమిత్తమును, సౌఖ్యానందముల కొఱకును విశ్వముయొక్క ప్రతిభాసంపన్నులగు విద్వన్మహాపురుషులు స్థిరము గావించిన సిద్ధాంతములఁ దెలియుటకు గ్రంథావలోకనమే సరళోపాయము.

చదువునేర్వని మనుష్యుఁడు వర్తమానకాలమును జూచుచున్నను భూతకాల పరిజ్ఞానశూన్యుడే యగును. అట్టివాఁడు తన మూఢచిత్తకల్పితమగు నావరణమందే తన భావముల సంచరింపఁజేయుచుఁ దా నెఱిఁగిన సామాన్యసాధన సంపత్తివలననే మోక్షమును సంపాదింపఁ గోరుచుండును. లేదేని యట్టివాఁడు నిజహితము నపేక్షించి బుద్ధిమంతుల సాన్నిధ్యమున కరిగి సద్విషయముల నాలకించుచుండఁ గలఁడు. అట్టివాఁ డనేక యుగములనుండి మానవకోటిచే సంచితముఁ గావింపఁబడిన యక్షయజ్ఞాన భండారమునఁ బ్రవేశింపఁ జాలఁడు.

సుప్రసిద్ధుండగు నొక గణితశాస్త్రవిదుని విషయమయి యొకానొక గ్రంథమునం దిట్లు వ్రాయఁబడియున్నది :—

"గణితశాస్త్రజ్ఞుఁ డొకఁడు కలడు. అతఁడు గ్రంథపరిచయము లేనివాఁడగుటచే విశేషమగు కృషిచేఁ దాను గ్రహించిన గణితముయొక్క కొన్ని స్థూలసిద్ధాంతముల నొక కాగితముపై వ్రాసికొనెను. అతఁ డట్లు వ్రాసికొని గణితశాస్త్రమునఁ దనకంటె విశేషముగఁ దెలిసినవారింకఁ నుండఁ జాలరని భావించెను. నాఁటినుండి యతఁడు గణితశాస్త్ర ధురంధరుఁడ నను గర్వముచే నభిమానపూరితుఁడయి వర్తింపఁజొచ్చెను.

కొంతకాల మిట్లు గడచినపిదప నతఁ డొక గ్రంథాలయమునఁ బ్రవేశించి గ్రంథసముదాయములఁ జూచుచుండునంత విశేషమగు పరిశోధనముచేఁ దానే గనిపెట్టియుంటి ననుకొన్న గణితసిద్ధాంతములు బాలగణిత శిక్షలయందే లోచనగోచర మగుటచే నతఁ డెంతయు లజ్జితుఁ డయ్యెను. గ్రంథావలోకనము లేమియే తనహీనస్థితికిని, గర్వమునకును, శాస్త్రపరిజ్ఞాన శూన్యతకును ముఖ్యకారణ మని యతఁడు నిశ్చయించుకొనియెను."

స్వయముగా గ్రంథావలోకన మొనరింపలేనివాని స్థితియుఁ బ్రతివిద్యావిభాగమందును నిదియేరీతి నుండుచుండును. చదువురానివాఁడు మానవుని యన్వేషణశక్తియు, పరిశోధన సామర్థ్యమును, బుద్ధివికాసమును, భావపరంపరయు జ్ఞానసీమ నెంతవఱ కతిక్రమించినదియు గ్రహింపఁజాలఁడు అట్టివానికిఁ దనకండ్లయెదుట నున్న విషయముదక్క, తద్బాహ్యమగు విషయమును, విదేశసమాచారములును, తనజన్మకుఁ

దొలుతనున్న దేశవిదేశములస్థితియు నంధకారప్రాయముగ నుండఁగలవు.

తనకుఁ బూర్వ మెట్టివారు భువిపై జన్మించియుండిన దియు, వా రేమేమి కార్యముల నాచరించియుండినదియు, నాఁడు జనుల యాచారవ్యవహార వేషభాషాదు లేరీతి నుండిన దియు, రాజ్యాంగ, మత, నైతికార్థిక చారిత్రములస్థితి యెట్లుండినదియు గోచరింపఁజాలవు. వాఁ డొక శిలాప్రతిమ వలె, మూఁకునిరీతి, మూఢునిచందమున వర్తమానప్రపంచ మునఁ జూచుచు, వినుచు జీవితకాలమును వృథాగాఁ గడుపు చుండఁగలఁడు.

వాఁడు తననేత్రములకుఁ బ్రత్యక్షమగుదానినే విలో కింపఁగలఁడు. అదియు నొక మహత్తరమగు విషయమగునేని దానితత్త్వమును సరిగా గ్రహింపనేరఁడు. చదువునేర్వని వాఁడు నేత్రములుగల యంధుఁడు. వానికి మానసచక్షువు గాని, ప్రజ్ఞాచక్షువుగాని యుండనేరవు. కావున నట్టి హత భాగ్యుఁడు తనవలననే జనించిన యంధకారమున నడ యాడుచు, పడుచు, లేచుచు వక్రమార్గములఁబడి గమ్యా గమ్యము లెఱుంగక బాధపడుచుండును.

వాని కంతకంటె జ్యోతిర్మయమగు ప్రపంచమును, విశా లములగు రాజపథములును పరాత్పరునిచేతను, ప్రతిభావంతు లగు మానవోత్తముల చేతను నిర్మింపఁబడియున్నవను జ్ఞానము కలుగనేరదు.

చదువులేమిచే నిట్టి యధమస్థితి కలుగును గావుననే శాస్త్రకారులు తనుబిడ్డలకుఁ జదువునేర్పించని మాతాపితలు

మహాద్రోహులని నుడివియున్నారు. గంభీరమగు నీసృష్టి యందుఁ బుట్టించి బిడ్డల విద్యావంతులుగఁ జేయని తల్లి దండ్రులు నిశ్చయముగఁ గరుణాశూన్యులగు నృశంసులు. చదువునేర్వని బాలబాలికలు సుశిక్షితులగు బాలబాలికల మధ్య రాజమరాళ సంఘమందలి బకములరీతిఁ బరిహాసపాత్రు లగుచున్నారు. చదువులేమిచే మనుజుని జీవితమంతయుఁ బశుప్రాయమయి పోవుచున్నయది.

చదువునేర్చిన మనుజుఁడు తన జీవితనిర్వహణవిషయ మున భయభీతుఁడు గావలసిన యవసరముండనేరదు. వాఁడు సమస్తవిషయముల నిగూఢతను, మర్మములను సులువుగా గ్రహించుచు స్వతంత్రుఁడయి సక్రమపథానుసరణమున నభీ ష్టముల సిద్ధింపఁజేసికొనఁగలఁడు. చదువు నేర్చుటచేఁ గలుగు మహోత్కృష్టములగు ప్రయోజనములనుగూర్చి దీర్ఘముగ విచారింతము.

"No furniture so charming as books,
even if you never open them or read
a single word" —Sydney Smith.

"నీవు తెఱవకున్నను, ఒక్కపదమునయినఁ జదువ కున్నను గ్రంథములవలె మనోహరములగు నుపకరణము లేవియులేవు." —సిడ్నిస్మిత్తు.

[గ్రంథములయొక్క యపారప్రాశస్త్యము నీపండితుఁ డతిశయోక్తి యలంకారముచే వృద్ధిఁగావించియున్నాఁడు.]

సద్గ్రంథపఠనముచే మానవుని స్థూలాంతఃకరణము వికాసవంతమయి, నవ్యతరాభ్యుదయమును బడయ సమర్థము గాఁగలదు. చదువువలననే పూర్వకావ్యచరిత్రాది గ్రంథ

ముల నవలోకింపఁగలిగి, తన్మూలమున భూతకాలముయొక్క సమగ్ర గంభీరదృశ్యమును బ్రత్యక్షముగఁ జూడవచ్చును. భూతకాలావలోకన శక్తి ప్రపంచముయొక్క యనాదిస్వభావమును, సృష్టిస్థితిలయములను దెలుప యోగ్యమయియున్నది.

చదువునేర్చిన మనుజుఁడే మానవజాతి పూర్వకాలమునం దెట్టిస్థితియం దుండినదియు, దానినాగరకత యెట్టిదశ నవలంబించియుండినదియు, పిదప నాసభ్యతాప్రవాహ మెపుడరికట్టఁబడినదియు, తిరిగి యది యెపు డుద్ధరింపఁబడినదియు ఎన్నివిధముల సభ్యత యాకాలమునం దుండినదియు, ఏయే మార్గములను, పరివర్తనములను, అవరోధములను, అవలంబనములను స్వీకరించుచు మానవజాతీయ నాగరికత నేఁటిస్థితికి వచ్చినదియు స్పష్టముగా గ్రహింపఁ గలుగుచున్నాఁడు.

ప్రపంచమం దనాదికాలమున విద్యావివేకములు లేక, సభ్యతాసభ్యత లెట్టివో యెఱుంగక మానవులు జీవసామాన్యమగు స్థూలజ్ఞాన వాతావరణమునం దుండి, ప్రస్తుతాటవికజాతి మనుజులవలె వర్తించుచు వివిధములగు విఘ్నబాధలను, నానాకష్టములను గుడిచి, కాలక్రమంబున విద్యాదిసాధనములచే పాశవికజీవితమునుంఁడి వెలువడి మనుష్యత్వమును, తత్సార్థకాంగములను బడసి, వివిధరాష్ట్రముల నేర్పఱచికొని, సంఘములుగ నేర్పడి, జీవనోపాధికి సుకరములును, సుసభ్యములును నగు సద్వృత్తుల నెన్నింటినో యవలంబించి, జాతీయశాంతి నపేక్షించుచు నాచార వ్యవహార వేషభాషాదికముల కనుగుణ్యములగు నిబంధనల సృష్టించుకొని సాంఘికజీవితమును నిర్దోషమొనరింప విధులను

శాసించుటకు సంఘశాస్త్రములను, సకలలోకములకుఁ గారణ స్వరూపుఁడగు సర్వేశ్వరుని తత్త్వమును దెలియ మతమును, లోకపరిపాలనార్థము రాజ్యాంగమును మఱి యనేకములగు మహద్విషయములను సాధించిన విధమును బోధింపఁగల దేశచారిత్రములను బఠింపఁ గల సౌభాగ్యము చదువు నేర్చిన వానికే కరతలామలకము గాఁగలదు.

సామాన్యముగాఁ గొన్నిదినములకు ముందు సంఘటిల్లిన విషయములయొక్క యాథార్థ్యమును గ్రహించుటయే మనకుఁ గష్టసాధ్యమగును. ఇట్టి కష్టసాధ్యములగు విషయములను చదువు సులభసాధ్యములుగఁ జేసివైచినది.

చదువనేర్చిన వారు నిన్న మొన్నటి విషయములనే గాదు, ఇరువదియేడు శతాబ్దములకుఁ బూర్వ మెట్లు సర్వోత్కృష్టమగు బౌద్ధమతము శ్రీ బుద్ధమహాప్రభునిచే సుస్థాపితమయి, భరతఖండమందలి దుష్టత్వమును నిర్మూలించివైచి, హింసాదిక్రూరవృత్తుల రూపుమాపి, భయంకర జాతి మత ద్వేషముల మంటఁగలిపి, ప్రచండతృష్ణాప్రవాహమును నిరోధించి, విశ్వప్రేమ సామ్రాజ్యమును స్థాపించి, వివిధదేశ మానవాళియొక్క సంకుచితహృదయముల విశాలవంతములుగఁ జేసి, సకల ప్రపంచమునకు శాశ్వతానంద కల్యాణ దాయకమగు నిర్వాణ మహోన్నత మార్గరాజమును జూపియుంకినదియు గ్రహింపఁ గలుగుచున్నారు.

అనివార్యముగ మానవజాతికి సంభవించు మానసిక వ్యాధులను, చికిత్సలను గ్రహించుటకు గ్రంథావలోకన మావశ్యకమయి యున్నది. నేఁడు ప్రపంచమందు నల్దెసల

వ్యాపించియున్న విజ్ఞానమునకును, జ్ఞానమునకును, ముఖ్య కారణము పఠనమే యని నుడువ నభ్యంతర ముండనేరదు.

చదువునేర్వని మానవజాతు లెన్నియో యనాగరికముగ నుండి యిప్పటికిని ద్వీపాంతరములందును, అరణ్యములందును, కొండప్రదేశములందును, నరణ్యమృగముల కంటె నధమమగు జీవితమును గడుపుచుండుట మన మెల్లర మెఱింగిన విషయమె. అట్టి యనాగరికులు చూచుటకు భయంకరాకారులయి, నీతినియమములు లేక, ధర్మాధర్మము లెట్టివో యెరుంగక మనస్సునం బుట్టిన వికారములకు లోనగుచు ఘాతుక మృగములకంటె నింద్యులయి జీవించుచున్నారు.

వారికి వివాహములు లేవు. యథేచ్ఛాసంభోగమే స్వభావధర్మము. స్త్రీపురుషు లించిమించుగా దిగంబరావస్థయం దుండుచుందురు. నఖములను, కేశములను దీర్ఘములుగ బెంచుకొని దేహసంస్కార మెట్టిదో యెఱుంగక చూచువారి కసహ్యమును గొలుపుచుండును. వారి కాహారము లభించనపుడు తమశిశువుల భక్షించుటకేని శంకింపరు. సింహశార్దూలాది ఘాతుక మృగములకువలెం బచ్చి మాంసమే వారి కాహారము.

చెట్లనీడలందును, పొదలందును వార లధికముగా నివసించుచుందురు. ధర్మాధర్మవిచక్షణ మెట్టిదో వారి కగమ్యము. మనవలె శాస్త్రములు, సంఘములు, నిబంధనలు, మతములు, జీవితలక్ష్యములు, సౌమ్యసౌఖ్యానందములు వారికి మందునకును లేవు. వారి యిట్టి భయంకరదుస్థితికి ముఖ్యహేతువు విద్యలేమియే యని చెప్పనొప్పును.

వారలే చదువుసంధ్యలు నేర్వఁగలిగిన స్వల్పకాలము నందే సభ్యమానవ జాతులయొక్క జీవితరహస్యములను, పద్ధతులను గ్రహించి మనవలె నెల్లవిధముల నుచ్ఛస్థితి నందఁ గలుగుదు రనుట కేమియు సందియము లేదు. మంచిచెడ్డలను, బాగోగులను దెలుపఁగల చదువులేమియే వారి యనాగరికతకు మూలము.

గ్రంథములను బారాయణ మొనరించుచుండుట వలననే మనము కొన్నివేల సంవత్సరములకుఁ దొల్లింటి మన యార్యవిజ్ఞానమును, ఆర్షేయ మతసిద్ధాంతములను నిర్మలిన మగు దర్పణమున వదనమును జూచుకొను పగిది స్పష్టముగా విలోకించుచున్నారము. భూత భవిష్య ద్వర్తమానకాల త్రయంబు నైక్యసూత్రంబున బంధింపఁ గలిగిన గ్రంథములే లేకున్న విశాలమగు మానవప్రపంచము ఘోరాజ్ఞానాంధకార పరతంత్రమయి స్వల్పకాలమునందే రసాతలమున కరుగఁ గలదు.

పుస్తకములవలననే జాతి, ఏజాతినుండి విద్యావివేకములను బడసియుండినదియు, ఏజాతియం దెట్టి పరాక్రమ ప్రతాపములు, సుగుణపుంజములు శోభిల్లియుండినదియు, ఏ యే సాధనముల నవలంబించుటచే నే యే జాతు లెట్టి యౌన్నత్యమును బడసియుండినదియు, పడయుచున్నదియు స్పష్టముగా గుర్తెఱుంగఁ గలుగుచున్నారము.

రాజ్యాంగ, మత, సాంఘికార్థికముల వెనుకఁబడియున్న భారతీయ స్త్రీస్వాతంత్ర్యమును గూర్చి విశేషప్రయోజనకరములగు పద్ధతులను దెలుపఁగల రష్యా, చైనా స్త్రీ

స్వాతంత్ర్యచారిత్రమును బఠించినచో స్త్రీసంఘాభ్యుదయ విధానము దెల్లముగాఁగలదు.

పాశ్చాత్యులు పదార్థవిజ్ఞానమునందు వృద్ధినందిన విధమును దెలియవలెనన్న గ్రంథములే మనకు శరణ్యములగు చున్నవి. మనజాతి, మత, కులముల పూర్వాపరచారిత్ర రహస్యముల గ్రహింప నౌత్సుక్యము కలిగినంతనే మనయుల్లాసమును గ్రంథములే తీర్పఁగలుగుచున్నవి.

పఠనము దూరమునందున్న వస్తువుల దర్శింపఁజేయు దూరదర్శినీ యంత్రమువలెఁ గాల, స్థల భేదములేక ప్రపంచాంతర్గతములును, ప్రపంచాతీతములును నగు సకలరహస్యములను జూపించుచున్న యది. విజ్ఞానఖనియగు భరతఖండముచే విశ్వమందలి యేయేరాష్ట్రములు, ఏయేజాతు లెప్పుడెట్లు వృద్ధిని గాంచినదియుఁ దెలియుటకు గ్రంథపఠనము కంటె నాధారమేమి కలదు ?

ప్రాచీన రాష్ట్రములయొక్క చరిత్రలను, వాఙ్మయములను గ్రంథములయందు మనము పఠింపఁగలిగినపుడు మనము కాలచక్రముయొక్క మహిమాతిశయమును, యుగసంధియొక్క యనంతప్రభావమును, సృష్టియొక్క సహజపరివర్తనమును, సంపదలయొక్క యస్థిరత్వమును, అధర్మముయొక్క సర్వనాశనమును, ధర్మము యొక్క సర్వాంసహావ్యాప్తమగు విజయమును, మానవజీవిత విధానముయొక్క యస్తోదయములను జక్కగా గ్రహింపఁగలుగుచున్నారము.

ఒకవ్యక్తిగాని, జాతిగాని సుఖసమృద్ధిని విపత్పరంపరానుభవానంతరమే బడయఁగలదను గర్మయోగరహస్యము వజ్ర

ములకంటె, వైడూర్యమరకతములకంటె నమూల్యమయి యున్నది. అగణ్యములగు నిట్టి శాస్త్రసిద్ధాంతరత్నములను సులభముగా సంపాదించి మనుజుఁడు సంపన్నుఁడు గాఁగోరుచో గ్రంథములనే యాశ్రయింప వలసివచ్చుచున్నది.

దుష్యంతుఁడు, భరతుఁడు, శంతనుఁడు, ధర్మరాజుఁడు, శ్రీరాముఁడు, చంద్రగుప్తుఁడు, అశోకుఁడు, అలెగ్జాండరు, మొదలగు చరిత్రప్రసిద్ధులగు సార్వభౌములయొక్కయు, అఖండ యశోవిశాలురయొక్కయుఁ జారిత్రవృత్తాంతములను, హస్తినాపురము, నలంద, తక్షశిల, పాటలీపుత్రము, అయోధ్య, సింహళము, విద్యానగరము, ఒంటిమెట్ట మొదలగు భారత చారిత్రప్రసిద్ధ ముఖ్యపట్టణముల యద్భుత వృత్తాంతములను విలోకింపవలయునన్న బఠనముదక్క యన్య శరణ్య మేది?

చరిత్రపఠనముచే స్వయంసంరక్షణముయొక్క దృఢ సంకల్పమునందే సర్వనాశనాంకురము దాగియున్నదనియు పరాక్రమభావమువలనను, దానిని వెల్లడింపవలయునను వాసన చేతను బఠనము సహజముగుననియు, భాగ్యాభాగ్యములు స్థిర ముగా నుండజాలవనియు, నిరంకుశపరిపాలనముచే ప్రజావిప్ల వము, రాజద్రోహము, సామ్రాజ్యవిచ్ఛిత్తి కలుగుచుండు ననియు, ప్రజారంజన పరతంత్రుఁడగు భూపాలుని సామ్రా జ్యము, సంపదలు, యశస్సు శుక్లపక్షసుధాకరుని మాడ్కి దినదినప్రవర్ధమానములు గాఁగలవనియు మనము గుర్తించు చున్నారము.

సకలవిశ్వవ్యాపకమగు నియమమును మనము గ్రంథ పూర్వకముగాఁ జూడఁగోరినపుడే మానవజాతియొక్క పూర్ణ

ప్రౌఢత్వమును, తదంతరాళమున గోప్యముగ నెలకొనియున్న భోగవిలాసములను,నీతివిహీనతను,దుర్వ్యసనములను,వానిచేఁ గలుగు కష్టనష్టములను దెలియఁ గలుగుచున్నారము.

క్షయార్షుఁడు తన యపరిమితసేనాబలమును వెంటనిడి కొని తురుష్కదేశముపై దండయాత్రకు బయలుదేఱినపుడా జాతియొక్క బాహ్యములగు బలపరాక్రమములను, అళీకములగు ధైర్యస్థైర్యములను, కృత్రిమములగు రోషభీషణ కషాయ మత్తసింహగర్జనములను గాంచి భయభ్రాంతమగుటకుసిద్ధముగానున్న తనసైన్యమునకుఁదాను దురుష్కదేశచారిత్రమును, తురుష్కుల యథార్థ బలవీర్య సాహసవృత్తాంతములను జదివియుండినవాఁ డగుటచే నూతనప్రబోధమును, నవ్యోత్తేజనమును గలిగించి, యుద్ధమున విజయమును సంపాదించెను.

క్షయార్షునకు గంభీరలక్షణపరివేష్టితమగు తురుష్కజాతియొక్క యంతర్దుర్బలత్వమును గ్రంథములే తెలుపఁ గలిగినవి.

నెపోలియనువంటి లోకైక వీరవరేణ్యుఁడు నాలుగు లక్షల సైనికుల వెంటనిడికొని విజయాపేక్షాపరుఁడై యూరపును జయింపఁగోరి తొలుత నెట్లు రష్యామీఁదికి దండెత్తియుండినదియు, ఐరోపాఖండమంతయు నాఁ డెట్లు ప్రకంపితమయి పోయినదియు, నేత్రమనఃపర్వముగఁ గురుక్షేత్ర సంగ్రామమును బ్రత్యక్షముగఁ జూచినట్లు విలోకింపవలయునన్న మన మవశ్యము చారిత్ర గ్రంథములఁ బఠింపవలసినవారల మగుచున్నారము.

ద్వాపరయుగ ప్రసిద్ధులగు కురుపాండవుల ప్రాచీన శాసనవిధానమును, బలపరాక్రమసంపత్తిని, రాజ్య విస్తీర్ణతను, పశుధనసమృద్ధిని, దుర్నిరీక్ష్యమగు క్షాత్రతేజమును, అవక్ర శౌర్యబలపరాక్రమములను, చతురాశ్రమపోషణపారీణతను, స్వచ్ఛందజీవితానురాగమును, ఆర్తత్రాణపరాయణత్వమును గన్గొనఁజూచి యానందింపవలయునన్నఁ బంచమవేదమును శరణు జొచ్చుటకంటె నుపాయాంతర మేమి కలదు?

మొన్న మొన్నటి వీరసింహములగు మహారాష్ట్రయోధుల నవీనసామ్రాజ్యనిర్మాణసామర్థ్యమును, అఖండదేశభక్తిని, అప్రతిహత ధైర్యస్థైర్యములను, జాతీయధ్వజసంస్థాపనోత్సాహమును,ఆత్మసమర్పణశక్తిని,పరతంత్రజీవితనిరసనమును, ధర్మసంరక్షణ పరాయణత్వమును గ్రహింపవలయు నన్నను, ఔరంగజేబు మొదలగు మొగలుచక్రవర్తుల నిరంకుశపరిపాలనపద్ధతిని, సామ్రాజ్యతృష్ణను, రాజనైతిక షడ్యంత్రప్రభావమును, హిందూమతద్వేషమును, స్వమతవ్యాపన ప్రయత్నములను, జిజియా మొదలగు నన్యాయపుఁ గప్పములను, హిందువులను బాధించిన రాక్షసకృత్యములను జూడవలయునన్నను, సదాచార నీతిధర్మ శూన్యతచేతను, సర్వసమానత్వము లేకపోవుటవలనను మొగలుసామ్రాజ్యభానుఁడేరీతి నస్తమించినదియు, తదనంతరము వ్యాపారులగు హూణులు కుటిల నీతిచే హిందూమహమ్మదీయులకును, సామంత ప్రభువులకును విద్వేషములఁ బుట్టించి వారి శక్తిని నశింపఁజేసి, తురుష్క హైందవసామ్రాజ్యముల నెట్లు కబళించివైచినదియు రాజ్యాంగ వ్యూహములయొక్క యత్యద్భుతకరములగు చర్యలను గ్రహింపవలయునన్న మనము

తత్క్షణము దేశ చారిత్రమును పారాయణ మొనరింపవలసి యుండుచున్నయది.

మనపురాణములయొక్క కల్పితగాథలందు యుగ యుగమునం దెట్లు నారదుండు చిరంజీవియయి సర్వలోక సంచారమున సమస్తవృత్తాంతముల గ్రహించుచుండెడి వాండో, అట్లే మనము యథార్థముగం జరిత్రగ్రంథముల హస్తములంబూని శిథిలగృహమం దొక గదియందుం గూర్చుండియే, పరులసాహాయ్యము నర్థింపకయే సమస్త దేశ రహస్యములను, సత్యములను, వింతలను సులువుగా గ్రహించుచు నూతనాభివృద్ధికరములగు మార్గముల నరయుచుండం గలము.

లోకముయొక్క సకలవిద్యలును, వినోదములును, విచిత్రవ్యాపారములును మనకు గ్రంథపఠనమూలముననే తెలియవచ్చుచున్నవి. విద్యాభ్యాసదశయందున్న యువకులు భూమండలమందలి విఖ్యాతములగు సామ్రాజ్యముల చారిత్రములం దమ దేశచారిత్రముతోడం బోల్చి చూచుకొనుచున్నచో వారి మేధాసంపత్తి, లోకానుభవజ్ఞానములు, పరిశీలనబుద్ధి భావాతీతమగు నభ్యుదయమునకుం బాల్పడంగలవు.

చదువువలననే మనకు నిటకు సప్తశతక్రోశముల దూరమున రమారమి ముప్పదివందల సంవత్సరములకుం బూర్వముండినట్టి యయోధ్యానగరమును బరిపాలించియుండిన రఘుమహారాజుయొక్కయు, అజభూపాలుని యొక్కయు, దిలీప సార్వభౌమునియొక్కయు,దశరథక్ష్మాతలేంద్రుని యొక్కయు శ్రీరామచంద్ర భూరమణునియొక్కయు, హరిశ్చంద్రనరనా

ఘనియొక్కయు జీవితచారిత్రములు మనకు నేఁడు జరుగు చున్నటుల గోచరించుచున్నవి.

చరిత్రపఠనము చేతనే హరిశ్చంద్రాది మహాపురుషుల పూతపాదరేణుస్పర్శచేఁ బవిత్రీభూతమయిన యయోధ్యా నగరమును మహమ్మదీయయుగమునఁ బరిపాలించియుండిన నవాబుల యశ్లీల నింద్యజీవితములును, సదా వారకాంతల మధ్య విలాస పరాయణుఁడయి, కామాంధుఁడయి కాలముఁ గడపిన సాజీదలీషాహాయొక్క చిత్రవిచిత్రములగు వృత్తాంతములును మనకు బోధపడఁగలవు. నవాబుల పరిపాలనమందుండినపుడు లక్ష్మణపురి (లక్నో) యందు సదా కనకవర్ష మెట్లు గురిసియుండినదియు ప్రపంచమునం దెచ్చోటను గని విని యెఱుంగని నూతనములగు విలాసము లచటి మహమ్మదీయప్రభువుల సౌధములనుండి బయల్వెడలుచుండినదియు మనము చరిత్రలఁ బఠింతుమేని సులభముగా గ్రహింపఁ గలము.

చరిత్రగ్రంథములందే గోమతీనదీతీరమున నిర్మింపఁ బడిన సమున్నతసౌధములును, కాచమందిరములును దేదీప్యమానములయి,కండ్లకు మిఱుమిట్లుగొలుపుచున్నవి. నాదిరుషాహాయొక్క భయంకరాక్రమణముచే మహమ్మదీయ ప్రభుత్వ కాలమున హస్తినాపురమునఁ గాన్పించియుండిన కుంభీనక నరకమును గోఁనపు డెల్లఁ జూచుయోగ్యత పాఠకుల కుండును గాని మఱి యితరుల కెట్లు సంభవించును?

మహమ్మదుగోరీ హిందూదేశముపై దండయాత్ర సలిపినపుడు సంఘీభావమును విడనాడియున్న హిందువుల

రాజనైతిక శక్తి క్షీణించియున్న విషయమును, మహమ్మదు గోరీ దేవేంద్ర వైభవోపేతములయి, కనక రత్న వజ్ర వైడూర్యాదులతో నిండియున్న సోమనాథము, జగన్నాథము మొదలగు తీర్థము లందలి దేవాలయముల గర్భముల భేదించి ధనము నెట్లు కొల్లగొట్టి యుండినదియుఁ జరిత్రలే మనకుఁ బూసగ్రుచ్చినట్లు వివరింపఁగలవు. పృథ్వీరాజు జయచంద్రుల వైరము, విదేశీయ ప్రభుత్వ ప్రారంభము, హిందూ సామ్రాజ్య సూర్యాస్తమయము మొదలగు రహస్యము లెన్నియో చారిత్రములచే మనము గుర్తింపఁగలము.

చదువు నేర్చుటచేఁ గలుగు ప్రయోజనము లీప్రకరణముయొక్క ప్రారంభమునందే వర్ణింపఁబడినవి. ప్రత్యేకించి యితిహాసగ్రంథములఁ జదువుటచేఁ బాఠకలోకమునకు లభ్యమగు నమూల్యమగు శిక్షణమును గూర్చియుఁ జాలవఱకు నుడివియున్నాఁడను. దేశచారిత్రపఠన మత్యంతప్రయోజనకారి యగుటచే దానినిగూర్చి యింకను వ్రాయవలసియున్నది. చరిత్రపఠనము శ్రేయస్కరమగుటవలననే మహాత్ములు దానిని మిక్కిలి కొనియాడియున్నారు.

"History is philosophy teaching by example."
Boling Broke.

"దేశచారిత్రము దృష్టాంతపూర్వకముగ బోధించు తత్త్వశాస్త్రము వంటిది." —బోలింగుబ్రోకు.

మనుష్యజాతియొక్క వ్యవహారములందుఁ బరమేశ్వరుఁ డెట్లు సమయానుకూలముగఁ బాల్గొనుచుండునదియుఁ జరిత్రలే ఘోషించుచున్నవి. కాని యధునాతన చరిత్రకారు లీవిషయమును విలోకించుచుండియుఁ భూగర్జ్ఞానభిజ్ఞులవలె

వర్తించుచున్నారు. వారు ప్రతికార్యముయొక్కయు, ఘటనముయొక్కయుఁగారణమును,వికాససిద్ధాంతమును నిజకల్పిత నియమముల సాహాయ్యంబున నన్వేషింపఁ జూచుచున్నారు.

చరిత్రము సత్యమును గప్పిపుచ్చు మిథ్యాపదార్థము కాదు. సత్యము నక్షయాక్షరముల లిఖించినపుడే దేశచారిత్రములగుచున్నవి. ధీరవరేణ్యులగు మానవోత్తము లెట్లునూతన సామ్రాజ్యముల సంస్థాపించియుండినదియుఁ జరిత్రలందు స్పష్టముగాఁ జిత్రింపఁబడి యుండును.

ఛత్రపతి శివాజీ సార్వభౌమునియొక్క మహారాష్ట్ర సామ్రాజ్యనిర్మాణము, చరిత్రప్రసిద్ధమగు మగధరాజ్యము నందు నాంధ్రరాజుల వంశవిఖ్యాతి మొదలగు విషయము లన్నింటికిని జరిత్రలే పుట్టినిండ్లు.

చరిత్రపఠనముననే దేశద్రోహులును, విప్లవకారులును నెట్టి దుండగములఁ జేయుచుండునదియు, రాజ్యతృష్ణచే భూపాలురు పరరాజ్యాపహరణమునకయి యెట్లు కుటిలనీతి నవలంబించుచుండునదియు, మహాపురుషు లుదయించి దేశమున కెట్టి కల్యాణమును, సౌఖ్యమును గలిగించునదియు, ఏయే స్త్రీలు మహాపతివ్రత లన వన్నెకెక్కి, తమకాలమందు జగత్ప్రసిద్ధిని వడసియున్నదియు మనకు స్పష్టపడుచున్నది.

భారతీయులయొక్క ధర్మప్రవృత్తిని, మతసిద్ధాంతములను,బౌద్ధధర్మము సంస్కరించియుండిన పద్ధతినిఁ బరిశీలించుట వలననే మనలకు మనుష్యులయొక్క యాచారవ్యవహారములును, వేషభాషాదులును, జీవితలక్ష్యములును బరమేశ్వరుని

ప్రేరణముచేఁ గాలము ననుసరించి యెట్లు నవీనపరివర్తనములకుఁ బాల్పడుచుండునదియు స్పష్టపడుచున్నది.

అధర్మము, అశౌచము, అసత్యము మొదలగు దుర్గుణముల దయాంతరంగుఁడగు జగదీశ్వరుఁడు ప్రేమింపఁడనియు, ప్రపంచమంతయు నధర్మపూరితమయి, దుష్టరక్షణ, శిష్టశిక్షణాదు లభివృద్ధిఁ జెందినకాలమందు సర్వేశ్వరుఁడు మానవరూపమునందవతరించి,భువి ధర్మసంస్థాపన మొనరించుచుండు నను రహస్యమును మనకుఁ జరిత్రపఠనముననే బోధయగుచున్నది.

భారతీయ వైదికయుగమును గూర్చి పఠించుటచేతనే మనలకుఁ దదంతర్భాగము లగు పౌరాణికయుగమును గూర్చియు, ఆ యుగమందు సమస్తభారతీయులు వ్యర్థమగు కర్మకాండాచరణమునఁ జిక్కియుండినవిధమును, శ్రీబుద్ధభగవానుఁ డపుడు భువి నవతరించి, పౌరాణికుల మూఢహృదయముల దయాహింసాశౌచములవైపున కాకర్షించియుండిన రీతియుఁ దెల్లమగుచున్నవి.

బుద్ధబోధచేఁ గరినహృదయు లెందఱో దయార్ద్రచిత్తులయి, పరోపకారమే భగవత్పదార్థ మని విశ్వసించి, జీవహితమునిమిత్తము వాపీకూపతటాకోద్యానముల నిర్మించిన విషయమును, అనాథమానవ పశుపక్ష్యాదుల యథాశక్తి సేవించియుండిన పద్ధతియు బౌద్ధమహాయుగచారిత్రమును బఠించుటచే విశదము గాఁగలదు.

పరమాత్మునియొక్క సర్వవ్యాపకములగు దివ్యసంకల్పముల మానవు లెన్నివిధముల నిరోధింపయత్నించినను

బ్రియోజనము కలుగనేరదనియు, భగవత్సంకల్పమును జీవాత్మ యడ్డగింపఁజాలదనియు మనుజుఁడు చరిత్రలఁ బారాయణ మొనరించినచో సులభముగా గ్రహింపఁ గలుగుచున్నాఁడు. సర్వేశ్వరుని సంకల్పములన్నియు సర్వోత్తమములును, బలవత్తరములును సార్వత్రికములును నగుటచే వానికి భిన్నముగా నుండు మన సంకుచితోద్దేశ్యములు మన మానసములయం దనేకవిధములగు సందేహముల నుద్భవింపఁ జేయుచుండును.

మన యభీష్టముల ననుసరించి సంకల్పించిన కార్యములు నెఱవేఱకుండుటచే మన మా సకలలోకాధ్యక్షుఁడగు సర్వేశ్వరుని సందేహించుచుందుము. కాని దీర్ఘముగా విచారించి దేశచారిత్రములఁ బరిశీలించినచో వానియందు నద్దె నల జగదారాధ్యుఁడగు జగదీశ్వరుని ప్రేరణాభాసము గోచరింపఁగలదు. స్వల్పములగు విషయములచే విశ్వవలయమునందెట్టి యద్భుతములగు పరివర్తనములు వాటిల్లియుండినదియుఁ బ్రత్యేక చరిత్రపాఠకునకు సుస్పష్టమగును.

ఎచ్చోట నొక శక్తియొక్క పతనము, విధ్వంసము తటస్థమగునో, అచ్చోటనే మఱొక్క శక్తియొక్క యుదయోత్థానములు పొసఁగుచుండఁ గలవు. అవ్యవస్థకు వెంటనే క్రమమును, అధర్మమునకు పిఱుందనే ధర్మసంస్థాపనమును, దుర్బలత్వమునకుఁ బిదపనే సబలత్వమును, శిథిలసామ్రాజ్యశిలాఖండములనుండియే నవీనబలవైభవసంపన్నములగు మహాసామ్రాజ్యములును స్థాపింపఁబడుటయుఁ జరిత్రలందు గోచరించు చున్నవి.

మిశ్రదేశము, బాబిలోనియా, పర్షియా మొదలగు రాష్ట్రముల యవశిష్టాంశములచేఁ దురుష్కసామ్రాజ్యము యొక్క పునాదులు గట్టివడఁ దత్సభ్యత నూతనావలంబనము నంది పూర్ణముగా వికసించెను. తురుష్కదేశము కొంతకాల మభ్యుదయజ్యోతిచే వెలుగొంది తదనంతర మస్తమించెను. తురుష్కదేశముయొక్క శైథిల్యగ్రస్తమును, ఖండితమును నగు జర్జరశక్తినుండియే రోమకసామ్రాజ్య సంస్థాపనబీజములు నాటఁబడియెను.

రోమకసామ్రాజ్యము కొంతకాలము దర్పోన్నతమస్తకముతోఁ బ్రకాశించి యంతరించెను. అంతర్హితమయినరోమకసామ్రాజ్యముయొక్క యవశిష్ట తేజమునుండియే యైరోపాఖండముయొక్క ప్రస్తుతరాజ్యాంగశక్తులు సృష్టింపఁబడినవి. ఇట్టిచిత్రవిచిత్రములగు విషయముల నెట్టి మేధావంతుఁడును దెలుపజాలఁడు. దేశచరిత్రలు పూనుకొన్నచో నిట్టివిషయముల లక్షలకొలఁదిగఁ దెల్ల మొనరింపఁగలవు.

హిందూదేశచరిత్రమందలి మహమ్మదీయయుగమున సుప్రసిద్ధుఁడును, మేధావంతుఁడును నగు సార్వభౌముఁడు అగ్బరు. ఆతఁడు దూరదృష్టిగల యాదర్శరాజ్యాంగవేత్త. స్వయంరాజ్య పరిపాలనాశక్తియుతుఁడగు గొప్పప్రభువు. ధర్మ, సత్య, శౌచాహింసల గుర్తించిన జ్ఞానసంపన్నుఁడు. సకల మతములను, జాతులను, మానవులను బవిత్రస్నేహదృష్టితోఁ గాంచిన సమద్రష్ట.

తన పరిచారకునియందేని విద్యావివేకము లున్నచో గౌరవ భంగ మని భావింపక సభామంటపమధ్యమున సన్మా

నించియుండిన గుణగ్రాహి. సర్వమత సామరస్యపరిగ్రహణముచే హిందూమహమ్మదీయ మతద్వేషముల నిర్మూలింప సంకల్పితుఁడయి యుండిన సర్వజనీనమగు మతకర్త.

ఇంతియేగాక మహానుభావుఁడగు నగ్బరు సారస్వతప్రియుఁడు. కవితారచనా ధురంధరుఁడు. అతఁడు హిందువుల కాప్తుఁడు. యవనులకు బంధువు. పారసీకులకు మిత్రుడు. విదేశీయులకుఁ బరిచితుఁడు.

అక్బరు రాజ్యాధికారగర్వముచే సామాన్యమానవుల నీచదృష్టితోఁ జూచియుండలేదు. ఆతఁడు కేవల మొక సర్వేశ్వర ప్రతినిధివలె ప్రజాపాలన మొనరించియుండెను. ఆ ధీరోదాత్తుని ధర్మపరిపాలన సమయమందు సింహమేషములనోన్యానురాగముచేఁగలిసిమెలసి సంచరించినవి. ఒక్కచో భుజించినవి. ఒక్కెడనే నీరు ద్రావినవి. మఱియొక్కచోటనే నిరపాయముగ నిద్రించినవి.

అగ్బరుసార్వభౌముఁడు తన మేధాశక్తినంతయుఁ బ్రజాసౌఖ్యమునకును, శాంతికిని, క్షేమమునకును ననుగుణ్యమగు రాజ్యశాసనవిభాగములను, తదుచితములగు నిబంధనలను రచించుటయందే వినియోగించియుండెను. అగ్బరు చక్రవర్తి యొక్క యాహ్లాదకరములగు నీ జీవితవృత్తాంతముల మనకుఁ గూర్చి పెట్టిన దేది? దేశచారిత్రపఠనమే కదా!

బౌద్ధధర్మమున కనంతరము మగధరాజ్యమును బరిపాలించియుండిన చంద్రగుప్తుఁడు, అశోకుఁడు, విక్రమాదిత్యుఁడు హర్షవర్ధనుఁడు మొదలగు భూపాలు రెట్టిధర్మాత్ములో,

మహాపురుషులో, న్యాయశీలురో, స్వార్థత్యాగులో యట్టి వాఁడే శ్రీ యగ్బరు సార్వభౌముఁడు.

ఆతని సమున్నత రాజనీతి విశారదత్వము సర్వలోక సంస్తవపాత్ర మయినది. అవశిష్టమగు నతని రాజనీతియే హూణ సామ్రాజ్యస్థాపనమునకును, తన్నిర్వహణమునకును ముఖ్యాధారమయినది. మహానుభావుఁడగు నగ్బరు సార్వభౌముని సంకల్పములు, ఊహలు, ఆశయములు, చర్యలు సమగ్రజీవితము సువర్ణాక్షరముల లిఖింపఁబడఁ దగియున్నవి.

ఆతఁడు జన్మించి పట్టాభిషిక్తుఁడయి మొగలువంశమునకును, భరతఖండమునకును, రాజలోకమునకును జిరస్థాయి యగు ప్రతిష్ఠను గల్పించియున్నాఁడు. అగ్బరుసార్వభౌమునకుఁ బిదప ఢిల్లీసామ్రాజ్యమును బరిపాలించియుండిన పాదుషాలలో నొకవిధముగఁ బేర్కొనదగినవాఁడు ఔరంగజేబు.

అగ్బరుచరిత్రమునకును, ఔరంగజేబు చారిత్రమునకును హస్తిమశకాంతరము గలదు. అగ్బరు స్వర్గమండలి దేవతయగుచోఁ నౌరంగజేబు నరకమండలి ఘోరకిరాతకుఁడగును అగ్బరు సుధాప్రదాతయగు లోకకల్యాణకరుఁడగుచో నౌరంగజేబు విషప్రదాతయగు విప్లవకారుఁడు కావలసి వచ్చును.

అగ్బరు లోకహితాభిలాషి; మతద్వేషశూన్యుఁడు. ఔరంగజేబు విశ్వజన కంటకుఁడు; హిందూమతద్వేషి; మహమ్మదీయ ధర్మపక్షపాతి. అగ్బరు నిగ్రహశక్తియుతుఁడు పరిశుద్ధవర్తనుఁడు. ఔరంగజేబు విలాసప్రియుఁడు; దుష్ట

వర్తనుఁడు. అక్బరు సామ్రాజ్యనిర్మాణ ధురంధరుఁడు. ఔరంగజేబు సామ్రాజ్యవిధ్వంసకరుఁడు.

ఒక్కవంశమున జనియించి, ఒక్కసింహాసనము నధిష్ఠించి భరతఖండమును బరిపాలించియుండిన వీరిరువురి జీవితముల యందలి సూక్ష్మాతిసూక్ష్మములగు భేదములను జూటఁ గలుగునది జ్యోతిషముగాదు కావ్యమునుగాదు. విజ్ఞానమును గాదు. అది కేవలము దేశచారిత్రమే.

ఔరంగజేబు హిందూధర్మద్వేషముచే ననేకవిధములఁ జరిత్రభ్రష్టుఁడయి యుండియు మహమ్మదీయమతమున కసంఖ్యాకములగు మేళ్ళను గూర్చియుండెను. ఆతఁ డల్లాహపై నపరిమితభక్తి గలవాఁడు. మతగురువులగు కాజీల పాదరేణువుల శిరమున ధరించునంతటి మతాభిమానపూర్ణహృదయుఁడు. మహమ్మదీయాచార వ్యవహార విహార వేష భాషాదు లతని కత్యంతప్రియములు.

స్వాతంత్ర్య మతని కమృతతుల్యము. పారతంత్ర్యము ప్రాణకంటకము. ఆతఁ డహింసాధర్మానుష్ఠానమునఁ బతితుఁ డయియుండినను, మహమ్మదు ప్రభువు నుడివియుండిన సామాన్య ధర్మముల ననుష్ఠించుటయందు మిక్కిలి శ్రద్ధాళువు. అప్రతిహతమగు రాజ్యశాసన మతని కత్యంత ప్రీతికరము. అఖండ సార్వభౌమత్వము, ఏకచ్ఛత్రాధిపత్యము, నిరంకుశరాజ్యపరిపాలనము వాని స్నేహపాత్రములగు సంపదలు.

కుటిలరాజనీతియం దతని కతఁడే సాటి. షడ్యంత్రములు చతుర్విధోపాయములు, సృగాలవినయములు, కపటనట

నలు, విషమయ మృదులహాసములు, వశీకరణ మాయాతంత్రములు, వజ్రదుష్టసంకల్పములు, శత్రుజన మర్దనములు వానికిఁ బెట్టని భూషణములు. సామ్రాజ్యాభివృద్ధిని గూర్చి విచారించుటయం దతఁ డన్నపానీయముల సయితము మఱచి పోవుచుండెడివాఁడు.

శాస్త్రోక్తవిధి ననుసరించి నమాజు (భగవత్ప్రార్థనము) చేయుటయం దతనికిఁగల శ్రద్ధాభక్తు లనుపమేయములు. వ్యర్థమగు వేషాడంబరము నౌరంగజేబు మిక్కిలి నిరసించు చుండెడివాఁడు. ప్రాణముమీఁదికి వచ్చినను బట్టిన పట్టును విడువకుండుటయం దతని కీడువచ్చువారు మిక్కిలి యరిది.

ఔరంగజే బిన్ని విశేషగుణములఁ గలిగియుండియుఁ బరమతసహనబుద్ధిశూన్య మగు స్వధర్మాభిమానాంధ మగు శాసనముచే తనజీవితమును విపత్పరంపరల పాలొనరించి, తన మేధాశక్తికిని, రాజ్యాంగ నీతి సామర్థ్యమునకును నను గుణ్యమగు ప్రతిష్ఠను నష్టపఱచుకొనెను.

ఆతఁడు తన జీవితకాలములో నెప్పుడును రాజ్యాంగ విషయములందు భూలోకమునం దెవ్వారిని విశ్వసించియుండ లేదు. సామ్రాజ్యతృష్ణయే యతని సైన్య, ధన, మాన, బలములఁ బ్రచండాగ్నివలె దగ్ధమొనరించెను. ఆతఁడౌన్నత్యము యొక్క చరమసీమ నధిష్ఠించియుండిన విశాలమగు సామ్రాజ్యముతో సంతృప్తిని వహింపక మదాంధుఁడయి క్రూర సర్పమువలెఁ బగబూని, చీటికిమాటికి దక్షిణ బీజపూరు

మొదలగు దరిద్రరాజ్యముల గ్రమింగివేయ దండయాత్రకు బయలు దేఱెను.

దుష్టసంకల్పమును సర్వేశ్వరుఁడే స్వయముగ హత మొనరించునను సిద్ధాంతము సార్థకమగునట్లు సామాన్యస్త్రీ గర్భమునం దుదయించిన శివాజీ వీరవరేణ్యుఁడు మహారాష్ట్రప్రాంతమునఁ దలయెత్తి, మహారాష్ట్రసామ్రాజ్య స్థాపనమునకుఁ గంకణమునుగట్టి, ఔరంగజేబు సార్వభౌముని గర్వభంగ మొనరించెను. మహాబలాఢ్యుఁడగు నౌరంగజేబు చక్రవర్తి విస్మయవిస్ఫారితనేత్రుఁడయి చూచుచుండఁగ నే ఛత్రపతివిఖ్యాతములగు దుర్గరాజముల నెన్నింటినో స్వాధీన మొనరించుకొనియెను.

అనేకయుద్ధములందు నౌరంగజేబు శివాజీ ప్రభువుచేఁ బరాభూతుఁడయి శత్రుహస్తమునఁ జిక్కి, ప్రాణభిక్ష నర్థింపవలసినవాఁ డయ్యెను. అఖండశక్తియుతుఁడును, దయామయుఁడును నగు జగదీశ్వరుని లోకకల్యాణకారకమగు ధర్మశాసనము నుల్లంఘించువానికిఁబరాజయమే భోక్తవ్యఫలము.

సర్వేశ్వర సంకీర్తన భజనపూజాదులఁ గాలము గడపుచు, విశ్వసోదర ప్రేమతత్త్వసందేశముల లోకమునకుఁ జాటుచు వసుంధరపై శాంతిధర్మమును శాశ్వతప్రతిష్ఠాపన మొనరింపఁ గంకణమును ధరియించియుండిన పరమ భక్తాగ్రగణ్యుఁడగు గురునానకుయొక్క పవిత్రనామమును వినియుండని భారతీయు లుండఁబోరు. నానకుయొక్క ధర్మ పరాయణులగు శిష్యులు సత్యావేశపరవశులయి, మూర్తీభ

వించిన దౌష్ట్యుడగు నౌరంగజేబును శిక్షింప, వీరరసోద్దీప్తులై శాంతమును బాసి నిశితఖడ్గముల హస్తములధరించియుండిరి.

ధీరుఁడగు గురుగోవిందసింహుఁడు సిఖ్ఖుజాతీయుల నెల్లర సంక్షోభవింపఁజేసి, మొగలుసామ్రాజ్యబలముల నెదుర్కొని పంజాబునందు స్వతంత్రుఁడయి స్వరాజ్యమును స్థాపించెను. మహానుభావుఁడగు గోవిందసింహుఁడద్భుతమగు తనశక్తిని పాంచాలరాష్ట్రమున దేదీప్యమానముగఁ బ్రకాశింపఁజేసెను. నాఁడు పాంచాలమున భాగవతులే యోధానుయోధులయి మహమ్మదీయుల దురహంకారమును బరాభవించి యుండిరి.

సిఖ్ఖుల ధర్మావేశపూరితమగు పరాక్రమము యెదుట ఘోరరాక్షసులగు పఠానులు సయితము భయకంపితులయి పలాయన మొనరించిరి. రుచికరములును, హృదయాహ్లాదకరములును, మానవస్వభావముల విశదీకరించునట్టియు నిట్టి యద్భుతములగు నంశము లెన్నియో చదువనేర్చినవారు చరిత్రల నాశ్రయించుచో గ్రహింపఁగలరు.

శైథిల్యమునకుఁ బాల్పడియున్న ప్రాచీరములును, చవుఁడు దిన్న డాళ్లును, మట్టిదిబ్బలును, ధరాంతర్గతములగు తామ్ర శిలాశాసనములును, విగ్రహములును దేశచారిత్ర జ్ఞానశూన్యునకు విస్మయమును గొలుపకున్నను, చరిత్రజ్ఞాన సంపన్నుని హృదయమున కపారమగు నానందమును, ఉల్లాసమును, ఆశ్చర్యమును గలిగింపక మానవు.

వాఁడు శిథిలమయియున్న నిరుపయోగమగు నొక్కొక్క శిలాఖండమునుండి యెందఱో మహాపురుషులయొక్క

పవిత్రచారిత్రముల దివ్యజ్యోతిని వెలువరింపఁగలఁడు. చవుడు వినియున్న మృత్తికాంతరాళమునుండియే యెన్నియో మహా సామ్రాజ్యముల దేవేంద్రవైభవములను, ధనధాన్యసమృద్ధిని, వివిధరాజ్యాంగవిషయములను బెకలించి లోకమునకుఁ జాటఁగలఁడు.

అగమ్యాగోచరముగ నున్న గాఢాంధకారపటలము నుండి భానూదయ ప్రకాశపుంజముల లోకమునం దంతటఁ బ్రసరింపఁజేయఁగల శక్తిసంపన్నుఁడు చరిత్రకారుఁడు. వానికి బిదపఁ జరిత్రపాఠకుఁడు. ఈకారణముననే మహాత్ము లిట్లు నుడివియున్నారు:—

"History is the light of life."

"దేశచారిత్రము జీవితప్రకాశము"

నిశ్చయముగఁ బ్రపంచమందలి వివిధదేశములనుగూర్చి వ్రాయఁబడిన చారిత్రముల శ్రద్ధతోఁ బఠించు వ్యక్తి మేధావంతుఁడయి, విజ్ఞానవంతుఁడయి, నానావిషయములయం దసమానపండితుఁడను విఖ్యాతి నందఁగలఁడు. మఱియుఁ దన హృదయమున కపారమగు శాంతిని గలిగింపఁగలఁడు.

చదువరులారా! పఠనముచేఁ బ్రాప్తములగు ముఖ్య ప్రయోజనము లనంతములు. వానిలో నింకఁ గొన్నింటి నిటఁ బేర్కొనుచున్నాఁడను. చదువరి గ్రంథావలోకన శక్తిప్రభావమునఁ దనగృహమునందుండియే సకలప్రపంచముయొక్క ధురంధరవిద్వన్మణుల గంభీరాభిప్రాయముల సులభముగా గ్రహింప సమర్థుఁడగుచున్నాఁడు. చదువరి కవీంద్రుల సన్నిధానమున కరుగవలసిన పనిలేకయే వారి పవిత్రములగు మహా

కావ్యముల మనః పర్వముగఁ బారాయణ మొనరించుచు నందలి నవరసముల నిరాటంకముగా నాస్వాదించుచున్నాఁడు.

అతఁడు బ్రహ్మానంద పులకిత దేహులగు భాగవతశిరో మణుల భక్తిసుధారసమును దన పఠనాలయమున సుఖాసన మునం దాసీనుఁడయి యుండియే నిర్విచారముగ, మనసార గ్రోలఁగలుగుచున్నాఁడు. విశ్వమండలమందలి లోకోత్తర చారిత్రులగు మహాపురుషులతోఁడ నిర్భయముగా వ్యయ ప్రయాసలు లేకయే చదువరి స్నేహ మొనరించి, సత్సాంగత్య లబ్ధములగు సమస్త ప్రయోజనములఁ బడసి ధన్యుఁ డగు చున్నాఁడు.

ఎంతద్రవ్యమును వెచ్చించినను రాజాధిరాజులనయిన లెక్కసేయని తాపసోత్తములతోఁడను, భావనాప్రపంచ విహారులును, ఆధ్యాత్మికశక్తిసంపన్నులును నగు ఋషివశే ణ్యులతోఁడను జదువరి నిరాఘాటముగ లోకపరలోకములకు సంబంధించిన నిగూఢములగు సమస్యలనుగూర్చి సంభాషిం చుచు నపూర్వ జ్ఞానానుభవమును సముపార్జింపఁ గలుగు చున్నాఁడు.

ప్రపంచమందు రాజాధిరాజులకును, శ్రీమంతులకును లభింపని భావనాప్రపంచ విహారసంజనితమగు బ్రహ్మానంద మును జదువరి గ్రంథావలోకనముచే సులువుగా ననుభవింపఁ గలుగుచున్నాఁడు. పఠనము పేదలపాలిటి పెన్నిధియేగాక సకలమానవ సురద్రుమమయి వెలయుచున్నది.

ఉపదేష్ట యేయుగమునం దేదేశమున జన్మించియుండి నను జ్ఞానపిపాసులమగు మనము నిరభ్యంతరముగా గ్రంథముల

కృపావలంబనమున నాయుగమందలి తత్త్వోపదేశకుని సందర్శించి, వానిబోధామృతమును బానమొనరింపఁగలుగుచున్నారము. ఈశ్వరస్థానమునుండి సకలలోకములకు నిరంతరము ప్రవహించుచుండు జ్ఞానస్రవంతియొక్క ముఖద్వారమును జదువరి సులభముగాఁ జేరుచున్నాఁడు.

పఠనము కోరినసంపత్తిని, వాంఛించిన దేశమును, కాంక్షించిన ప్రతిదృశ్యమును క్షణమాత్రకాలమున మన కట్టెదుట సాక్షాత్కరింపఁజేయుచున్నది. చదువుయొక్క ప్రభావమును దిక్కాలాదులేవియు నిరోధింపఁజాలవు. ఈనాఁటి చదువరి స్వాంతమున సంస్మరించినంతనే రామాయణమును, భారతమును జేఁబూని పఠింప నారంభించినచో వ్యాస వాల్మీకి మునీంద్రులు సూర్యచంద్రవంశపు క్షత్రియుల వెంటనిడికొని మనసన్నిధానమున కేతెంచఁగలరు.

గ్రంథముయొక్క మహిమాతిశయముచేఁ ద్రేతాద్వాపరయుగములందలి ఋష్యావతంసముల పుణ్యతపోభూములకు మనోవాహనారూఢులమయి పోయి యచ్చటి వనలక్ష్మియొక్క సహజరామణీయకమును నేత్రపర్వముగఁ జూచుచు, పచ్చికబయళ్ళపై నిర్భయముగా విహరించు హరిణసమూహముల నవలోకించుచు, ఆశ్రమముల పరిసరములఁగల పొదరిండ్ల మాటున స్వచ్ఛందముగ గంతులిడు హరిణశాబకముల సోయగమును ముద్దుతీర దర్శించుచు, ఆశ్రమమధ్యంబునఁ గూర్చుండి శిష్యమండలికి వేద వేదాంగముల నుద్బోధించు గురూత్తములయొక్క సదుపదేశముల నాలించి, జన్మసంతరణమార్గమును గ్రహించి సమస్తవిధముల సార్థకజీవనుల మగుచున్నారము.

నిశ్చయముగఁ బఠనము హరికృపవంటిది. దీనిచే మూకుఁడు వాచాలుఁడును, పంగుఁడు మహోన్నతపర్వతముల లంఘించువాఁడును, అంధుఁడు దివ్యదృష్టియుతుండును గాఁగలుగుచున్నారు. ముల్లోకము లతని దృష్టిగతములు.

పఠనము ప్రాచీనార్వాచీన భారతవర్షముయొక్కయు, భరతఖండేతర దేశములయొక్కయు నక్షయజ్ఞాన భండారమును బాఠకుని స్వాధీనమొనరింప సమర్థమయి యున్నది. అయ్యది సకలప్రపంచముయొక్క వ్యవస్థితవిచారపరంపరలతోడి బాంధవ్యమును, సకల ప్రపంచ విజ్ఞానసామరస్యముతోడి గాఢపరిచయమును మనకుఁ గలిగింపజాలి యున్నది.

గ్రంథావలోకనము నిస్తేజమును, నిర్జీవమును నగు మానవహృదయమును సంపూర్ణచైతన్యమయుండగు సర్వేశ్వరుని దివ్యతేజస్సుచే ద్యోతక మొనరించు చున్నయది.

విక్రమాదిత్యుని కాలమున జన్మించి, ఆతని యాస్థాన కవీశ్వరుఁడయి, గీర్వాణమున సజీవకవిత్వమును రచించి, తత్సుధారసధారలచే సమస్తభారతీయ రసికుల సంతప్తహృదయములకుఁ బ్రమోదమును గల్పించిన కాళిదాస కవిసార్వభౌముఁడు చదువు నేర్వనివారి సంకుచితదృష్టిలో మరణించి యున్నాఁడు. కాని గ్రంథావలోకన శక్తిసంపన్నుల విశాలమగు దృష్టియందా కాళిదాసకవికుంజర మింకను మృతిఁజెందలేదు.

ఆ కవీంద్రుని యుపమానోపమేయ దృష్టాంతపూర్వకమగు కవిత్వమును, తద్విరచితమగు రఘువంశమందలి యా

దిలీపభూపాలుని యవక్రపరాక్రమమును, ఆతనియొక్క నందినీ ధేనువును సేవించిన విధమును, సహజభావ విలసితములగు ఋతువర్ణనములును, ప్రాతస్సాయంసమయముల మనోహర దృశ్యములును, పుష్పవాటికావిహారములును, నవవికసిత కుసుమపూర్ణములగు వల్లరులను గూర్చి సానురాగముగ నేతెంచుచుండు గండుతుమ్మెదలపిండును జదువరియొక్క దృష్టియం దిప్పటికిని మెసలుచునే యున్నవి.

కాళిదాస కవిశేఖరుని శాకుంతల నాటకమందలి దుష్యంతభూపాలుని సైన్యసమేతమగు నాఖేటవిహారమును, భూపాలునితోడ విదూషకుని హాస్యరససంభరితమగు లోకాభిరామాయణప్రసంగమును, కణ్వాశ్రమమందలి ఫలభారవినమ్రములగు సాంద్రవృక్షచ్ఛాయల విశ్రమించియున్న మృగసంతతులును, పాదపాగ్రముల నధివసించి, అస్పష్టమృదులగాన మొనరించు విహంగతతుల కలకలనినాదములును, భూపాలుఁడు రథము డిగ్గి సవినయముగ నేకాకియయి కణ్వాశ్రమమునఁ బ్రవేశించుటయు, అట నభినవయౌవనరూపవతియు, రాకాశశాంకవదనయు, షోడశవర్షప్రాయయు, చంచరీకవేణియు, కమలనేత్రయు, వల్కలధారిణియు నగు శకుంతలాదేవి ప్రత్యక్షమయి భూపాలుని గాంచి, వ్రీడాభరంబున నవనతముఖయయి, తరళనయనంబుల సానురాగరేఖలు దీపింప ముగ్ధహృదయుఁడగు దుష్యంతధరణీకాంతునితో భాషించు విధమును, నాయికానాయకుల పరస్పరప్రణయప్రపూర్ణమగు ముఖావలోకనోత్సాహ తరంగోదయమును జదువరియొక్క కన్నెదుట సులభముగాఁ బ్రత్యక్షములగుచున్నవి.

కాళిదాసకవిపుంగవునిచే విరచితమైన మేఘసందేశ మందలి యక్షుని విరహతాపమును, యక్షుఁడు మేఘునిమూలమునఁ బ్రియునికి చెంతకు సందేశమును బంపుటయు, యక్షరమణి ప్రియవియోగముచే దేహసంస్కారశూన్యయయి, కృశాంగియయి వియోగానలతాపమున కోర్వఁజాలక పరితపించుటయు మొదలగు నానావిధదృశ్యములు చదువరియొక్క దృష్టిపథమున వాంఛించినంతనే సాక్షాత్కరించుచున్నయవి.

కాళిదాసకవివరేణ్యుని కేమాత్రమును దీసిపోనట్టి భవభూతి నేఁటికిని నుత్తరరామచరిత్రమునుండి తన దివ్యమృదుమధురవాణిచే మన హృదయభాండముల వివిధరసములఁ గ్రుమ్మరించుచుండ నతఁడు హతుఁడయ్యెనని వచింపవలసిన స్థితి చదువరుల కేటికి సంభవించును ? చదువునేర్చినవారి దృష్టియందు భవభూతి మృతజీవుఁడు.

మానవుఁడు గ్రంథావలోకనశక్తియుతుఁ డగునేని వాని పూరింటిగదియందే కాళిదాసు, భవభూతి, భారవి, భట్టబాణుఁడు, ఎఱ్ఱాప్రగడ, తిక్కనసోమయాజి, నన్నయభట్టు, పోతన్న, పెద్దన్న, తులసీదాసు, సూరదాసు, ఉమరుఖయాం, హోమరు, షేక్స్పియరు, గోల్డుస్మిత్తు, టెన్నిసను మొదలగు కవిసార్వభౌములతోడను—రామకృష్ణ, బుద్ధ, క్రీస్తు, మహమ్మదాద్యవతార పురుషులతోడను, సానందముగ బ్రసంగించుచు నిశ్చింతతో జీవయాత్రను సాగించవచ్చును.

మనము చదువనేర్చినవారల మగుచో నిచ్చవచ్చినపుడు ప్రియబాంధవుఁడగు వాల్మీకి ఋషీశ్వరుని సాహాయ్య

మున రామలక్ష్మణుల వెంటఁదీసికొని, సాయంసమయమునఁ బ్రకృతిరమ్యస్థానమగు చిత్రకూట పర్వతోపరిభాగమునకు విహారార్థ మరుగవచ్చును. లేదా పంచవటియొక్క సుందర దృశ్యము నవలోకించుచు, ఆనందించుచు నౌకావిహారమున నయోధ్యానగరమును జేరవచ్చును.

కోరిక గలిగినంతనే పోతనామాత్యుని మహాభాగవతము నెత్తి, ప్రహ్లాదకుమారులమయి భక్తివిశేషమున శ్రీహరిని సాక్షాత్కరింపఁ జేసికొని భవతాపదుఃఖములఁ బాపుకొనవచ్చును. మానసము వ్యాకులముగానున్నపు డానందమయుఁడగు భద్రాచలరామదాసుతోఁ గూడి భద్రగిరి కేఁగి దండకారణ్యశోభను, సూర్యాస్తమయకాలమందు గోదావరీతీరస్థ పులినములపైఁ దళతళ మెఱయుచుఁ బ్రసరించు వృద్ధభానుకిరణప్రకాశమును వీక్షించుచు గౌతమీజలశీకర సమ్మిశ్రితమగు శీతల పవనకుమారుని గాఢాలింగనమున, జొక్కవచ్చును.

లేదా బుద్ధభగవానునితోఁ గూడి శ్రావస్తి, తక్షశిల, నలంద, వైశాలి మొదలగు నగరములందలి బౌద్ధవిహారముల నుపదేశించు పావనమూర్తులగు భిక్షువులఁ గాంచి కన్నుల పండువుఁ జేసికొని వారి వాగమృతధారలఁ గ్రోలవచ్చును.

ప్రపంచసంసర్గతాప మధిక మైనపుడు, విద్వేషాగ్ని చే హృదయములు దగ్ధమగుచున్నపుడు క్రీస్తుభగవానుని చెంత కరిగి విశ్వప్రేమ సందేశమును లోకశాంతి ధర్మములను భక్తితో నాలింపవచ్చును.

వ్యామోహప్రగాఢతచే మనము కింకర్తవ్యవిమూఢుల మయినపుడు, భీరుత్వము మన హృదయములఁ జొచ్చినపుడు నిరంతరాయముగ శ్రీకృష్ణచంద్రుని మన సన్నిధికిఁ బిలుచుకొని, ఆతనిమూలమున భగవద్గీతాధర్మముల నాలించి, కర్తవ్యజ్ఞానము నంది ధీరులమును, వీరులమును గావచ్చును. పఠనముచే నిహపరములు రెండును మన పెరటియందలి సొత్తులగును. చదువుచే మనుజుఁడు భూతలమున సంపాదింపలేని పదార్థ మేది యుండఁగలదు? పఠన మిట్టి యపూర్వప్రభావసమన్వితమును, సౌఖ్యానందగౌరవకారణమును నగుటవలననే దీనికి దూరులయిన వారిని గురుజనులు నిర్భాగ్యులని వచించి యున్నారు. చదువులేనివాఁడు కండ్లుగల గ్రుడ్డివాఁడు.

గ్రంథావలోకనమహిమ పారము లేనిది. ధనవంతుఁడు సౌఖ్యమునిమిత్తము తన సంపదల విరివిగా వెచ్చింపవలసినవాఁడగుచున్నాఁడు. వెక్కసముగా వెచ్చించుటచే సిరులు తఱఁగిపోవ, ధనాఢ్యుఁడు నిరుపేదయయి దుఃఖములకు బాల్పడవలసి వచ్చును. చందనమువలెఁ జదువు వెచ్చింపఁబడుకొలఁదియు వృద్ధినంది, మానవున కక్షయానందమును బ్రసాదింపఁగలదు. ప్రతిమనుష్యుఁ డీ రహస్యము నెఱింగి నేర్చిన చదువుతోడనే సంతృప్తిని వహింపక నిత్యమద్దానిని వృద్ధిఁగావింప యత్నించుచుండవలయును.

మనగృహస్థాశ్రమము లవ్యవస్థితములయి, కట్టుబాట్లు లేక, తారుమారుగ నున్నపుడు వాల్మీకిమునీంద్రుని లేఖినిచే సృజింపఁబడిన యాదర్శరామునిపాలి కేగి, పుత్ర భ్రాతృ పితృ మాతృ భృత్య సచివ పత్నీ ప్రజా ధర్మముల నాలించి, ధర్మా

చరణపరాయణులమయి శాంతిపూర్వకముగ జీవయాత్ర సేయ వచ్చును.

సమస్తప్రపంచమున జన్మించిన మహానుభావులగు విద్వాంసుల విజ్ఞానమును బడయుటకు మూలసాధనమగు చదువు నెంతగాఁ గొనియాడినను దానిమహిమ శేషించియే యుండుచుండును.

నవయువకులారా! మీరు హిందూమతముయొక్క ప్రధానాంగమగు నద్వైతమునుగూర్చి వినఁగోరుదురేని యద్వైతవాదియగు శంకరాచార్యుని "అహంబ్రహ్మాస్మి, తత్త్వమసి" సూత్రములపై నతఁడు విరచించిన మహాభాష్యముల నిరభ్యంతరముగాఁ బఠింపుఁడు. అద్వైతమత ప్రాశస్త్యమును గుర్తింపఁదలంతురేని శంకరదిగ్విజయమును సాకల్యముగఁ బారాయణ మొనరింపుఁడు.

రామానుజునియెడను, మధ్వాచార్యునియందును భక్తిభావమున్నచో గంభీరములగు ద్వైత, విశిష్టాద్వైత ధర్మముల సారమును దద్గ్రంథములఁ బఠించి సంతోషపూర్వకముగఁ బరిగ్రహింపుఁడు.

శైవమతమందు శ్రద్ధయున్నచో బసవదేవుఁడేనాఁడో మరణించెఁగదా యని విచారాయత్తచిత్తులు గావలదు. చదువు నేర్చినవారికి సకలమును సాధింపఁగల శక్తి కలదు గదా! విలంబ మొనరింపక బసవపురాణము విప్పి శివుని యానందమయలీలలఁ గాంచుచు వినోదింపుఁడు.

ప్రపంచజ్ఞానభండారమునుండి నిర్భయముగా వాంఛిత పదార్థములఁ బరిగ్రహించు చదువరిని నిరోధింపఁ ద్రిమూర్తుల కేని సాధ్యముగాదని త్రికరణముల విశ్వసించుఁడు.

గ్రంథపఠనముచే నొకానొకజీవితతత్త్వమును మనము నిరుద్వేగస్వాంతములతోఁ బ్రశాంతమనస్కులమయి పరిశీలించి గ్రహింపఁగలిగినట్లు లతని ప్రాణస్నేహితులుగాని, ప్రియపుత్రులుగాని, స్నేహరూపిణియగు కళత్రముగాని గుర్తింపఁజాలదు.

చదువరి హాయిగ భద్రాసనమున నుపవిష్టుఁడయి యుండి సంస్మరించినంతమాత్రముననే మహాకవులెల్లరు వినయవిధేయత లుట్టిపడుచుండఁ దమ యావజ్జీవితానుభవసంపాదితమగు విజ్ఞాన ధనరాసుల వాని పాదసన్నిధినిఁ దెచ్చి క్రుమ్మరింపఁగలరు.

భూపాలుఁడును, మహాకవియు, నీతిశాస్త్రపారంగతుఁడును నగు భర్తృహరియొక్క సుభాషితమును బఠించి హర్షాంబుధిని నోలలాడని మనుజుఁ డీ ధరాతలంబున నుండఁబోఁడు. ఆతని సుభాషితమందలి ప్రతిపదమును మంజులమయి, కమనీయమయి, సుస్నిగ్ధమయి, భావగంభీరమయి, బోధదాయకమయి యొప్పుచున్నయది.

అజ్ఞానాంధకారమునఁ బడి నశించు వ్యక్తిహృదయమునకు జ్ఞానప్రకాశమును వెల్లడింపఁజేయఁగల శ్లోకములెన్నియో యా మహనీయుని వైరాగ్య నీతిశతకముల లభించుచున్నవి. భర్తృహరి శాస్త్రసమ్మతమగు సుత్తమభాషణమే యక్షయ భూషణమనియు, భుజకీర్తులు, స్నానకేశసంస్కారములు, చందనవిలేపనములు, సూర్యచంద్రహారములు పురుషునకు శోభ నొసంగ జాల వనుట కిట్లు బోధించి యున్నాఁడు.

"కేయూరాణి న భూషయన్తి పురుషం హారా న చన్ద్రోజ్జ్వలా
న స్నానం న విలేపనం న కుసుమం నాలంకృతా మూర్ధజాః

వాణ్యేకా సమలంకరోతి పురుషం యా సంస్కృతా ధార్యతే
క్షీయన్తేఽఖిలభూషణాని సతతం వాగ్భూషణం భూషణం.''

తిరిగి భర్తృహరి మహాశయుఁడు విద్యయే మానవుని యతులమగు రూపమనియు, గుప్తమగు నుత్తమధనమనియు యశస్సుఖకరమయినదనియు, గురూత్తముఁడనియు, విదేశముల బంధువనియు, దేవతయనియు, భూపాలపూజ్యమనియు, క్షణికమగు విత్తమట్లు కాదనియుఁ గావున విద్యావిహీనుఁడు పశువనియు వర్ణించియున్నాఁడు.

''విద్యానామ నరస్య రూప మతులం ప్రచ్ఛన్నగుప్తం ధనం
విద్యా భోగకరీ యశస్సుఖకరీ విద్యా గురూణాం గురుః
విద్యా బంధుజనో విదేశగమనే విద్యా పరా దేవతా
విద్యా రాజసు పూజ్యతే న హి ధనం విద్యావిహీనః పశుః.''

తిరిగి భర్తృహరి వ్యామోహాంధకార బంధురమగు నధమజీవితమును గడపుచుండు మూఢమానవునకు సిగ్గును, జ్ఞానమును గలుగు విధముగఁ బ్రాణికోటియొక్క సౌఖ్యముల యస్థిరత్వమును, జీవితకాలముయొక్క లఘుత్వమును వర్ణించుచున్నాఁడు.

''ఆయు ర్వర్ష శతం నృణాం పరిమితం రాత్రౌ తదర్ధం గతం
తస్యార్ధస్య పరస్యచార్ధ మపరం బాలత్వవృద్ధత్వయోః
శేషం వ్యాధివియోగదుఃఖసహితం సేవాదిభి ర్నీయతే
జీవే వారితరంగచంచలతరే సౌఖ్యం కుతః ప్రాణినాం.''

''ఉ॥ ఆయువునూఱువత్సరము♦లందు సగంబు నశించె నిద్రచే
నాయుటిలోసగంబు గత♦మయ్యెను బాల్యజరాప్రసక్తిచేఁ
బాయకతక్కినట్టి సగ♦బాలు గతించుఁ బ్రయాసవృత్తిచే
నాయువుచంచలంబగుచు♦ బ్రాణుల కెట్లుసుఖంబు చేకుఱున్?''

భర్తృహరి యోగీంద్రుఁడు తిరిగి మఱొక్కచోఁ దత్తద్రసానుగుణ కవితా రచనాధురంధరులగు కవులు సిద్ధౌషధము సేవించిన యోగులవలె జరామరణభయదూరులయి సర్వత్ర సదా ప్రకాశించుచుందు రని బోధించియున్నాఁడు.

"జయన్తి తే సుకృతినో రససిద్ధాః కవీశ్వరాః,
నాస్తి తేషాం యశః కాయే జరామరణజం భయం."

భర్తృహరి రచించిన యీ శ్లోకచతుష్టయముచేఁ బ్రపంచ మోహాలిప్తుఁడగు మూఢమానవునకు ధనకనక వస్తు వాహనముల యస్థిరత్వమును, విద్వద్వాణియొక్క మహిమయు, విద్యాసంపాదనావశ్యకతయు, విద్యయొక్క యనంత ప్రభావమును, జీవితకాల మల్పమనియు, మానవ జీవితము బుద్బుదప్రాయమనియు, ప్రపంచసౌఖ్యములు వారి తరంగ సదృశములనియు, సత్కవీశ్వరుని జన్మ సార్థకమయిన దనియుః స్పష్టముఁగా బోధపడి, పవిత్రధర్మకర్మ తత్త్వజ్ఞానము కరతలామలకము కాఁగలదు.

ఎంతటి దరిద్రుఁడయిన విచార ముడిఁగి, ఉత్సాహ పూరితచిత్తుఁడయి, విద్యాభ్యాసనమున కున్ముఖుఁడగునట్టి ప్రబోధమును గలిగించు చాణక్యనీతివాక్యములను సంస్మరించు టుచితము. అల్లదిగో! నీతికోవిదుఁడగు చాణక్యుఁడు నీతివాక్యరత్నముల వితరణఖనియై యెట్లు వెదఁజల్లుచున్నాఁడో విలోకింపుఁడు.

"కోకిలానాం స్వరో రూపం నారీరూపం పతివ్రతం
విద్యారూపం కురూపాణాం క్షమారూపం తపస్వినాం.

"పికమునకు రూపము స్వరము. సతికి రూపము పాతివ్రత్యము. కురూపికి రూపము విద్య. తాపసునకు రూపము క్షమ."

"పరోపకరణం యేషాం జాగర్తి హృదయే సతాం,
నశ్యన్తి విపద స్తేషాం సంపదః స్యుః పదేపదే."

"ఎవ్వానిహృదయమందు సదా పరోపకారబుద్ధి జాగరూకమై యుండునో వాని విపదలన్నియు నశింపఁ బదపదము నందు సంపదలు వృద్ధినందుచుండును."

"శాంతితుల్యం తపో నాస్తి న సంతోషా త్పరం సుఖం,
న తృష్ణాయాః పరో వ్యాధి ర్నచ ధర్మో దయాత్పరః."

"శాంతికిఁ దుల్యమగు తపము, సంతోషమునకు సమానమగు సుఖము, తృష్ణ కీడగు వ్యాధి, దయకు సమమగు ధర్మము లేదు సుమా!"

"నాస్త్యర్ఘః పురుషరత్నస్య."
"పురుషరత్నముయొక్క మూల్య మపారము"

"స్వధర్మానుష్ఠానాత్ సుఖ మవాప్యతే."
"స్వధర్మాచరణము సౌఖ్యదాయకము."

"నిఃస్పృహస్య తృణం జగత్."
"తృష్ణాశూన్యునకు జగము తృణసమానము."

"కర్మాయత్తం ఫలం పుంసాం బుద్ధిః కర్మానుసారిణీ"
"ఫలము కర్మాయత్తము, బుద్ధి కర్మానుసారిణి."

"విద్యా సర్వత్ర గౌరవం."
విద్యచే సర్వత్ర గౌరవము కలుగును."

"విద్యా సర్వత్ర పూజ్యతే."
"ఎల్లెడల విద్య సంపూజ్యము."
"విద్యయా లభతే సర్వం."
"విద్యచే సమస్తము కరతలామలక మగును."
"నాస్తి జ్ఞానాత్పరం సుఖం."
"జ్ఞానమువంటి సౌఖ్యము లేదు."
"కామధేనుగుణా విద్యా సదైవ ఫలదాయినీ."
'కామధేనువువంటి విద్య సదా ఫలములఁ బ్రసాదించును."
"హతం జ్ఞానం క్రియాహీనం."
"ఆచరణదూరమగు జ్ఞానము వ్యర్థము."
"పురుషకారం అనువర్తతే దైవం."
"భాగ్యము పురుషకారము ననుసరించును."

చాణక్యుని యీ నీతివాక్యములు పరిశీలనాపూర్వకముగఁ బఠించు మానవుని జీవితమును బరిష్కరించును. ఇట్టి సిద్ధాంత వాక్యముల నిరంతరముఁ బఠించుచుఁదదనుకూలముగ నాచరింప యత్నించు మానవుని హృదయపద్మము వికసించును. వానిచిత్తమునం దానందము తాండవించును. ఉత్తమజ్ఞాన మలవడును. కర్తవ్యపథము గోచరించును. ప్రజ్ఞాచక్షువు ఉన్మీలితమగును. జీవితాభ్యుదయమున కిట్టి గంభీరములగు వాక్యము లపూర్వ ప్రయోజనమును గలిగించును.

ఆచార్యుఁడగు వసిష్ఠమహర్షి యోగవాసిష్ఠమునందు సర్వమనోభీష్టసిద్ధికి వలయు ధర్మములగుఱించి యెట్లు వచించుచున్నాఁడో కనుఁడు.

"ఉద్యమః సాహసం ధైర్యం బలం బుద్ధిః పరాక్రమః
షడేతే యస్య తిష్ఠన్తి స సర్వం ప్రాప్నుయాత్ పుమాన్."

"కృషి, సాహసము, ధైర్యము, బలము, బుద్ధి, పరాక్రమము అను నీయాఱు గుణములఁ గలిగియుండు పురుషునకు సకలము హస్తగతమగును."

వాల్మీకి మునీంద్రుఁడు సౌఖ్యమునుగూర్చి యిట్లు తన రామాయణమున వ్రాసియున్నాఁడు.

"అనిర్వేదః శ్రియో మూల మనిర్వేదః పరం సుఖం
అనిర్వేదో హి సతతం సర్వార్థేషు ప్రవర్తకః"

"నిశ్చింత (నిర్విచారము) యే సకలసంపదలకు మూలము. అనిర్వేదమే మోక్షసౌఖ్యము. అనిర్వేదము సదా సర్వార్థములందు వర్తించుచుండును."

మానవుఁ డెన్ని సంపదలఁ గలిగియున్నను, భోగముల నందుచున్నను, సార్వభౌముఁడయి యున్నను, విద్వాంసులలో వరేణ్యుఁడయి యున్నను నిశ్చింతగ నుండఁడేని "చితా దహతి నిర్జీవం చింతా దహతి జీవిన"మ్మను గురువాక్యము ననుసరించి దగ్ధుఁడయి పోవునను జ్ఞానమును రామాయణశ్లోకము మనకుఁ గలిగించుచున్నయది. తిరిగి వాల్మీకిమహర్షి శ్రీమద్రామాయణమున దాశరథిముఖంబున సత్యమహిమను స్తుతింపఁ జేయుచున్నాఁడు.

"సత్యమేవేశ్వరో లోకే సత్యే ధర్మః సదాశ్రితః
సత్యమూలాని సర్వాణి సత్యా న్నాస్తి పరం పదం."

"సత్యమే సర్వేశ్వరుఁడు. లోకముయొక్క సమస్త ధర్మములు సత్యావలంబితములు. సకలమునకు సత్యమే మూలము. సత్యేతరమగు వేఱొక పదవి లేదు."

వాల్మీకిమునీంద్రుని యీశ్లోకముచేఁ జార్వాకుల నాస్తిక వాదము సయితము భగవ దాస్తిక్యమును శిరసా వహింపవలసి వచ్చును.

పాఠకుఁడా ! నీ వింతపర్యంతము గీర్వాణవాణియొక్క పీయూషధారలఁ గ్రోలియుంటివి. ఇంక నీమాతృభాషయగు నాంధ్రమును వృద్ధికిఁ దెచ్చియుండిన మహాకవులయొక్క కవితారసమును జవిఁజూడ వేంచేయుము. అల్లదిగో! హస్తమున మనుచరిత్రమును గొని కవిబ్రహ్మ యల్లసాని పెద్దనామాత్యుఁ డేతెంచుచున్నాఁడు.

పెద్దన వరూథినియను గంధర్వాంగనకుఁ బ్రవరాఖ్యుఁ డను నుత్తమ బ్రాహ్మణయువకునిచేఁ గామపారతంత్ర్యము యొక్క నీచస్థితినిఁ గూర్చి బోధింపఁజేయుచున్నాఁడు.

"క. బ్రాహ్మణుఁ డింద్రియవశగతి
జిహ్మాచరణైకనిపుణ చిత్తజ నిశితా
జిహ్మగముల పాలై చెడు
బ్రహ్మానందాధిరాజ్య పదవీచ్యుతుఁడై."

విషయలోలుఁ డగుటచే జ్ఞానియు మోక్షదూరుఁడగు నని యీపద్యము బోధించుచున్నయది. ఈ పద్యముచేఁ బాఠకుఁడు దా నెంత పండితుఁడయి యున్నను విషయాదులకుఁ బానిసీఁడయి యున్నచో నవశ్యము లజ్జితుఁడు కావలసి వచ్చును.

తిరిగి కవీంద్రుఁడగు పెద్దన తాపసోత్తముని లక్షణ ములనెటుల ముచ్చటించుచున్నాఁడో వీక్షింపుఁడు.

"కం. పరుల యపరాధగతులకుఁ
గెరలక తనుఁ బొగడుచోటఁ గీడాడెడుచోఁ
బరితోషము రోషము నెడఁ
జొరనీని తపస్వి సుమ్ము సుకృతి ధరిత్రిన్."

ఈ పద్యము వేషధారులగు తపస్వుల బాహ్యానుష్ఠానములయొక్క యప్రాధాన్యమును వెల్లడించుచున్నది. కాషాయ వస్త్రములను ధరించి, జడలను బెంచుకొని, గృహమును బాసి, అరణ్యములకేగి, ముక్కుమూసికొని, 'రామా! రామా!, యని జపించువారెల్లరుఁ దాపసోత్తములు కారని పెద్దన వచించుచున్నాఁడు. అంతఃప్రకృతిని జయించుటయే తపమను గొప్ప సిద్ధాంతమును బుద్ధునివలెనే పెద్దనయుఁ జేసియున్నాఁడు. పెద్దనామాత్యుఁడు పరులొనరించు యపరాధముల కాగ్రహావేశ పరవశుఁడు కానట్టియు, పరులు తన్ను స్తుతించునపుడు సంతోషమును, తన్ను నిందించునపుడు రోషమును మదిఁ జొరనీయనట్టి పుణ్యాత్ముఁడే ధరలోఁ దపస్వి యనబడఁదగినవాఁడని వచించి యున్నాఁడు.

పెద్దనామాత్యుఁ డెట్టి సరసకవీంద్రుఁడో యంతటి ప్రౌఢమహాకవియు నయియున్నాఁడు. అతని కవితాపాకము నారికేళపాకమువలెఁ గాననగుచు ద్రాక్షారసపాకమును బోలి యుండుచున్నది. కవిత్వముయొక్క ప్రౌఢత్వమునందు సరసత్వమును బ్రదర్శించు విషయమునఁ బెద్దన్నయుఁ దిక్కన సోమయాజి కేమాత్రమును దీసిపోఁడు. అపారపాండిత్య

నిధియు, స్వచ్ఛయశోవిశాలుండును, నానారాజ్యవిజేతయు నగు శ్రీకృష్ణరాయభూపాలుని మనుచరిత్రయొక్క సర్గాంతమున సంస్తుతించు సందర్భమున పెద్దన చెప్పిన యీపద్యమును వినుఁడు.

"శా॥ గంగాస్వచ్ఛతరంగభంగికయశో♦గాఢచ్ఛవిచ్ఛన్నసా
రంగాంకాంకనిరంకుశప్రతికళా ♦ ప్రౌఢప్రియంభావుకా
గాంగేయాచలచాప నూపుర వచో♦గాంభీర్య లీలాస్పదా
బంగాళాంగకళింగభూపసుభటా♦భ్రశ్రేణిఝంఝానిలా."

నవవికసిత కుసుమమాలికంబోలు తత్సమశబ్దప్రసూన గ్రథితమగు పెద్దనామాత్యుని కవిత్వము రసికుల హృదయముల నెంతయు రంజింపఁజేయును. చంద్రికానుభవ సౌఖ్యమును, చందన విలేపనమును, వికసితకుసుమ పరిమళమును నవఘుళింపఁగల రసప్రాచుర్యము పెద్దనకవితయందు సంతప్త హృదయులగు పాఠకులకు నిండార లభింపఁగలదు. పెద్దనామాత్యుని సౌమ్యమును, సుస్నిగ్ధమును, రసపూరితమును నగు మృదులకవితామాధురి ననుభవించువారి కానందము కలుగకుండు టెట్లు? ప్రవరాఖ్యుఁడు తన యింటి కేతెంచియుండిన సిద్ధుని విశేషము లడుగుసందర్భమునఁ జెప్పియుండిన పద్యమును జూడుఁడు.

"శా॥ ఏయే దేశముల న్వసించితిరి మీ♦ రేయేగిరుల్ చూచినా
రేయేతీర్థములందుఁ గ్రుంకిడితి రే♦యేద్వీపముల్ మెట్టినా
రేయేపుణ్యవనాళిఁ ద్రిమ్మరితి రే♦యే తోయధుల్ డాసినా
రాయాచోటులఁ గల్గు వింతలుమహా♦త్మా నాకెఱింగింపవే!"

పెద్దనామాత్యుని యీ పద్యముయొక్క ధోరణి లలితమయి, మృదులమయి, సహజమయి, మనోహరమయి, సవేగమయి ముద్దును, ముచ్చట్లను దీర్చుచున్నయది.

ఆంధ్రకవితా సారస్వతభవనమున కాది స్తంభస్వరూపులగు నన్నయభట్టు, ఎఱ్ఱాప్రెగడ, తిక్కనసోమయాజి యను కవిత్రయముచే విరచితమయి, పంచమవేదమను ఖ్యాతి నందియున్న భారతమందలి వివిధోపాఖ్యానములకు సంబంధించిన కొన్ని పద్యముల నవలోకింపుఁడు:—కవిత్రయముయొక్కయభినవ రసపూరితమగు కవితావల్లరియొక్క వికసితకుసుమ సౌందర్య సౌరభ సౌకుమార్యముల ననుభవింపుఁడు.

సభామందిరమున శకుంతల తన వివాహకాలప్రతిజ్ఞను విస్మరించి తన్నుఁ బరాభవించిన దుష్యంతభూపాలునకు నెన్నివిధముల నివేదించుకొన్నను ప్రయోజనము లేకపోయెను. ప్రార్థించినకొలఁదియు దుష్యంతుఁడు శకుంతలను హీనజాతిసంభూతగ భావించి తృణీకరించెను. తత్సందర్భమున సతులను బహిష్కరించు పతులను గుఱించి మహాభారతమునఁ జెప్పఁబడిన పద్యము దుర్మతుల కెంతయు నీతిబోధ నొసంగుచున్నది.

"కం॥ సతియును గుణవతియుఁ బ్రజా
వతియు ననువ్రతయునైన ♦ వనిత నవజ్ఞా
న్వితదృష్టిఁ జూచు పతి దు
ర్మతి కిహముం బరముఁ గలదె♦మదిబరికింపన్."

దుశ్చరిత్రులయి మహాపతివ్రతలగు సతులను విపత్పరంపరలపాలొనరించు నీతిదూరుల కీ పద్యము హితోపదేశ

మొనరించుచున్నయది. భారతకర్తలే మఱియొక్కచో నాదర్శ భారతసతీమహిమ నెట్లు హృద్యమగు నొక్కపద్యమున విదిత మొనరించియున్నారో విలోకింపుఁడు.

సీ॥ ధర్మార్థ కామసా♦ధన కుపకరణంబు,
గృహనీతి విద్యకు ♦ గృహము, విమల
చారిత్రశిక్షకా♦చార్యకం, బన్వయ
స్థితికి మూలంబు, స♦ద్గతికి నూఁత,
గౌరవంబున కేక♦కారణం, బున్నత
స్థిర గుణమణుల కా♦కరము, హృదయ
సంతోషమునకు సం♦జనకంబు, భార్యయ
చూవె భర్తకు నొండ్లు ♦ గావు ప్రియము

ఆ॥వె॥ లెట్టికష్టములను ♦ నెట్టి యాపదలను
నెట్టి తీఱములను ♦ ముట్టఁబడిన
వంతలెల్లఁ బాయు ♦ నింతులఁ బ్రజలను
నొనరఁ జూడఁగనిన ♦ జనుల కెందు."

తిరిగి కవిత్రయము శకుంతలాముఖంబునఁ బుత్రగాఢా లింగనసౌఖ్యమునుగూర్చి దుష్యంతమహీపతికి బోధింపఁ జేసి యుండిన విధమును గనుఁడు. ఈపద్యమందలి యుపమాన చమత్కృతులచేఁ బాఠకుని చిత్తము రంజిల్లఁగలదు.

"మ॥విపరీతప్రతిభాష లేమిటికి ను♦ర్వీనాథ! యీ పుత్త్ర గా త్రపరిష్వంగసుఖంబుఁ జేకొనుము;ము♦క్తాహారకర్పూరసాం ద్రపరాగప్రసరంబుఁజందనము,జం♦ద్రజ్యోత్స్నయుంబుత్రగా త్రపరిష్వంగమునట్లు జీవులకు హృ♦ద్యంబే! కడుఁ శీతమే!"

భారతకవు లీ పద్యముచేఁ బుత్రపరిష్వంగసుఖమును ముక్తాహార కర్పూర సాంద్ర పరాగ చందన సుధాకర జ్యోత్స్నలకంటె నతిప్రశస్తం బని వర్ణించి తమ బుద్ధిసూక్ష్మతను, పుత్రకళత్రముల స్వభావసిద్ధమగు ననురాగమును బాగుగ వ్యక్తీకరించియున్నారు. మహాభారతంబున మఱొకచో స్త్రీధర్మమునుగూర్చి ముచ్చటగ వర్ణింపఁబడియున్న పద్యరత్నము నొండు విలోకింపుఁడు.

"తే॥ అనపహార్యంబుఁ దేజోమ♦యంబు సర్వ
గుణములకు నలంకారంబు ♦ గురుతరంబు
భామలకుఁ బతిభక్తియే ♦ భవ్యమైన
భూషణం బిట్టివే పెఱ♦భూషణములు."

ఈ చిన్నిపద్యముచే సతీజీవితశోభను బెంచుటకుఁ బతిభక్తియే యుత్తమంబగు నక్షయాలంకార మని కవి యెలుఁగెత్తి చాటియున్నాఁడు. భారతనారీలోకమున కిదియే సర్వోత్తమంబగు నాదర్శధర్మ మని సిద్ధాంతమగుచున్నది.

ఉపమానోపమేయాలంకారములఁ గవి ప్రదర్శించు చాతుర్యము "కవులు సర్వలోకవిహారులు. సకలలోకద్రష్టలు. మానసనేత్రమున సకలమును వీక్షించి యభావమును భావరూపమునఁ బరిణమింపఁజేయు స్రష్టలు" అను భావనకుఁ జదువరి మదియందుఁ దావొసంగవలసిన వాఁడగుచున్నాఁడు.

రాక్షసులు కనికరించునట్లు, పాషాణములు ద్రవించు రీతి సీతాదేవి రావణునిచే నిర్బంధముగఁ గొంపోవఁబడుచు విలాపమొనరించు విధమును కవి చమత్కారముగ వర్ణించి

పాఠకుల నేత్రయుగ్మమునుండి బాష్పకణముల రాలఁజేసి నాఁడు.

"సీ॥ పావనాకార గో♦దావరీదేవి! నీ
వెఱిఁగింపవమ్మ రా♦జేంద్రుతోడ,
నో మాల్యవంత పు♦ణ్యోన్నత గిరినాథ!
చెప్పంగదే రాజ♦సింహుతోడ,
నో జనస్థాన మ♦హీజనులార! యీ
విధ మెఱిఁగింపరే♦ విభునితోడ,
నో దండకాటవి♦నున్న తాపసులార!
నా పాటు చెప్పఁడీ♦ నాథుతోడ,

తే. నేను శ్రీరాముభార్య మీ♦ రెవ్వరయిన
నడ్డపడి తాకి విడిపింప♦ రయ్య కావ
రయ్య సురలార! మునులార!♦ యక్షులార!
యఖిల దిక్పతులార! పు♦ణ్యాత్ములార!

కవిచంద్రుఁ డీ పద్యమున సజీవమును, ప్రత్యక్షమును నగు సీతాదేవీవిలాపముచే విపజ్జనిత దుఃఖానుభవజ్ఞానమును పాఠకులకుఁ గలిగించుచున్నాఁడు. నిశ్చయముగ నీ పద్యమును నెలుగెత్తి యొకవ్యక్తి చదువుచో సీతయే విపద్గ్రస్తయయి పరిత్రాణార్థము విలపించుచున్నదను భ్రాంతికి వశులయి శ్రోత లశ్రువులఁ గార్చఁగలరు.

రామాయణకర్త సీతావియోగమున విలపించు రాముని స్థితిని వర్ణించి, నాయికావియోగ సంజనితోన్మాదమునకుఁ బాల్పడిన నాయకునకు జడమయప్రపంచమునఁ జేతనమయ

ప్రపంచభ్రాంతియు, చరాత్మకసృష్టియందు జడస్థావరముల శంకయుఁ గలుగుననియు, వానికి జడచేతనజ్ఞానమే నశించి పోవుననియు, ప్రణయప్రభావము భేదింప వలనుపడనిదనియు బోధించుచున్నాఁడు. జ్ఞానిసత్తముఁడగు శ్రీరాముఁడు ప్రియ కాంతావిరహంబున నఖిలజగమును జూచి సీతాన్వేషణమున దీనునివలె సాహాయ్యము నర్థించుచున్నాఁడు.

"సీ॥ బింబిక కానవే ♦ బింబోష్ఠి నట నీవు
కుందంబ కానవే ♦ కుందరదనఁ
దిలకంబ కానవే ♦ తిలకరమ్యలలాటఁ
గమలంబ కానవే ♦ కమలవదన
హరిణంబ కానవే ♦ హరిణబాలేక్షణ
సింహంబ కానవే ♦ సింహమధ్యఁ
బికరాజ కానవే ♦ పికమంజులస్వనఁ
గీరంబ కానవే ♦ కీరవాణి

తే॥ లలితకలభంబ కానవే ♦ కలభగమన
బంధుజీవమ కానవే ♦ బంధుజీవ
మైన జనకనందన సీత ♦ ననుచు రాముఁ
డచట నచట నీగతి వాని ♦ నడిగి యడిగి."

కవి యీ పద్యముయొక్క ప్రతిచరణమందుఁ గరుణో త్పాదకమగు దుఃఖరసము నుట్టిపడఁ జేయుచు సీతాదేవి యొక్క ప్రతియంగమున కొక్కొక సజీవమగు సుందరోపమా నమును స్వీకరించియున్నాఁడు. ఈ పద్యమందు నతిశ యోక్తిని లెక్కఁజేయక కవి వివిధోపమానములచే నుపమేయ

పదార్థముయొక్క సర్వాంగ సౌందర్యమును బరిస్ఫుటిత మొనరించియున్నాఁడు.

రమ్యములగు నిట్టి యలంకారములచే నొప్పారు పద్యముల నవలోకించుటచేఁ బాఠకునకు సకలప్రపంచస్థిత ములగు స్థావర జంగమ చేతనపదార్థముల సాదృశ్య వైదృశ్య వివేచనాశక్తి కలుగఁగలదు.

భారత కవిపుంగవుఁడును, మహాభాగవత కర్తయు నగు పోతన్న సరస్వతీపూజచేఁ గవీశ్వరుఁడయి మానవుఁడు వాక్కును సర్వేశ్వరస్తుతికే వినియోగించి సార్థక మొనరింపఁ దగుననియు, జగన్నాథుని మహిమా సంకీర్తనశూన్యము లును, భక్తిదూరములును నగు కావ్యములు వ్యర్థములనియు వచించుచు సకల మానవాళికి నీశ్వరభక్తిపాఠమును నేర్పు చున్నాఁడు.

"మ॥హరినామస్తుతి సేయుకావ్యముసువ♦ర్ణాంభోజహంసావళీ
సురుచిభ్రాజితమైనమానససర♦స్స్ఫూర్తిఁ వెలుంగొందు శ్రీ
హరినామస్తుతిలేని కావ్యము విచి♦త్రార్థాన్వితంబయ్యు శ్రీ
కరమై యుండ దయోగ్య దుర్మలినవ♦త్కాకోలగర్తాకృతిఁ॥"

"మ॥అపశబ్దంబులఁ గూడియుఁ హరిచరి♦త్రాలాపముల్ సర్వపా
పపరిత్యాగము సేయుఁగావునహరిఁ♦ భావించుచుఁ బాడుచుఁ
జపముల్ సేయుచువీనులఁ వినుచున♦ శ్రాంతంబుగీర్తించుచుఁ
దపసుల్ సాధులుధన్యులౌదురుగదా♦తత్త్వజ్ఞచింతింపుమా."

ఈ పద్యద్వయముచే హరిభక్తి వర్జితుని జీవితము యొక్క నిస్సారము వ్యక్తమగుచున్నది. భక్తిశూన్యమగు

ప్రౌఢ కృతికంటె భక్తిపూర్వకమగు సామాన్యరచనయే శ్రేష్ఠ మయినదను పోతనామాత్యుని యాధ్యాత్మికభావము సంస్తవ పాత్రమయినది. పోతన్న తిరిగి మఱొక్కచో నెట్టి గర్వాంధుల దర్పమయిన విదీర్ణమగునట్లు, దేహాత్మబుద్ధి నశించురీతి, భౌతిక సౌఖ్యవైభవములే శాశ్వతములను భ్రాంతి తమఃపుంజములు పటాపంచలగునట్లు లోకస్థితిని వర్ణించుచున్నాఁడు. వామన దానసందర్భమున బలిచక్రవర్తి భార్గవున కిట్లు బోధించెను.

"శా॥ కారేరాజులు? రాజ్యముల్ గలుగవే? ♦ గర్వోన్నతిం జెందరే?
వారేరీ? సిరి మూటఁగట్టుకొనిపో♦వంజాలిరే? భూమిపైఁ
బేరైనం గలదే! శిబిప్రముఖులుం ♦ బ్రీతిన్ యశఃకాములై
యీరే కోర్కులు? వారలన్ మఱచిరే♦యిక్కాలమున్ భార్గవా."

పోతనామాత్యుని కవిత్వము భక్తిరసప్రధానమయినది. సహజ మృదుమధుర గుంభితమయినది. శబ్దాలంకార సమన్వితమయినది. అనర్గళప్రవాహాన్వితమయినది. పోతన్న యొక్క వైదుష్యము "చపలా లక్ష్మీః కీర్తి ర్ధర్మశ్చ నిశ్చలః" అను నార్యోక్తిని సార్థక మొనరించుచున్నయది.

కోమల కవితాకన్యకను భోగాంధులకు విక్రయించుకొని, తన్మూలమున వచ్చు సంపదలచే విషయాదుల సేవించుచు భౌతికసుఖలోలుఁడై యుండిన తన బావను-శ్రీనాథ మహాకవినిఁ జూచి, ఆధ్యాత్మిక జీవయాత్రాభిలాషి యగు

పోతన్న వచించియుండిన పద్య మెంత రమ్యమయినది! హృదయాహ్లాదకరమయినది!

"ఉ॥ బాలరసాలసాల నవ♦పల్లవకోమలకావ్యకన్యకన్
గూళలకిచ్చి యప్పడుపుఁ♦గూడు భుజించుటకంటె, సత్కవుల్
హాలికులైననేమి? గహ♦నాంతరసీమలఁ గందమూల కౌ
ద్దాలికులైననేమి? నిజ♦దారసుతోదరపోషణార్థమై."

ఈ పద్యముచే మహాత్ముఁడగు పోతన కవిరాజు సాధు జీవితమును గడపనేర్వక, ఆడంబరములఁ గోరుచు ధనాపేక్షచే వ్యాకులపడుచుండు చంచలేంద్రియలిప్తులగు మానవుల తృష్ణా బీజముల నశింపఁజేసి, విద్యయొక్కయు, కావ్యము యొక్కయు మహిమను జాటి క్షణభంగురమగు జీవిత మునకయి దురాశలఁ గలిగియుండక, విపులైశ్వర్యములకయి వ్యాకులపడక సత్కవి నిజపుత్రకళత్రపోషణమునకు నొకచేఁ గలమును బూని, మఱొక్కహస్తమున హలమును ధరించి కృషీవలుఁడయి సాధుజీవితమును గడపఁదగునను మహ త్తరబోధను బాఠక లోకమునకుఁ జేయుచున్నాఁడు.

పోతనామాత్యుని యాదర్శాభిప్రాయమునఁగల భక్తి విశాలభావము, సాధుజీవయాత్ర మానవలక్ష్యమును స్మృతికి దెచ్చి ప్రాజ్ఞుఁడగు పాఠకుని దేహమనంబులఁ బులక రింప జేయఁగలవు.

తియ్యనిరసమును, మాతృదేశభక్తిని, భారతవర్ష మహిమను బ్రదర్శించుచున్న రవీంద్రకవీంద్రుని శిష్యవిరచిత మగు జాతీయగీతము నాలింపుఁడు.

"శ్రీలు పొంగిన ♦ జీవగడ్డయి
పాలుపాఱిన ♦ భాగ్యసీమయి
వ్రాలినది యీ ♦ భరతవర్షము
భక్తిపాడర తమ్ముఁడా!

వేదశాఖలు ♦ వెలసె నిచ్చట
ఆదికావ్యం ♦ బలరె నిచ్చట
బాదరాయణ ♦ పరమఋషులకు
పాదుసుమ్మిది తమ్ముఁడా!

విపినబంధుర ♦ వృక్షవాటిక
ఉపనిషన్మధు ♦ వొలికె నిచ్చట
విపులతత్త్వము ♦ విస్తరించిన
విశ్వమణి యిదె తమ్ముఁడా!

సూత్రయుగముల ♦ శుద్ధవాసన
క్షాత్రయుగముల ♦ చండశౌర్యము
చిత్రదాస్యము ♦ చేఁ జరిత్రల
చెఱిగిపోయెర తమ్ముఁడా!

ఇట్టి మనోహరములగు జాతీయగీతముల గాన మొనరించుచుండుటచే మాతృదేశమునందు మానవునకు స్వప్రాణములందు కంటె విశేషమగు ననురాగాతిశయము కలుగఁగలదు. జాతీయగీతముల గాన మొనరించి మహారాష్ట్ర కవులును, రాజపుత్రకవులును మాతృదేశారాధనమునకుఁ గడంగక దేశద్రోహులయిన తమ సోదరుల నెందఱినో సుప్రసిద్ధ దేశభక్తులుగ సిద్ధమొనరించి యుండిరి,

అల్లదిగో! శ్రీమదాచార్య బ్రహ్మానంద కేశవచంద్ర సేను లెట్లు భక్తిభావోన్మత్తులయి బ్రహ్మమత మనంగా నేమియో సిద్ధాంతీకరించి హృదయాహ్లాదకరముగ దైవప్రార్థనము సేయుచున్నాండో విలోకింపుము.

"సువిశాల మిదం విశ్వం పవిత్రం బ్రహ్మమందిరం
చేతస్సు నిర్మలం తీర్థం సత్యం శాస్త్ర మనశ్వరం
విశ్వాసో ధర్మమూలం హి ప్రీతిః పరమసాధనం
స్వార్థనాశస్తు వైరాగ్యం బ్రాహ్మై రేవం ప్రకీర్త్యతే."
"సత్యం జ్ఞాన మనంతం బ్రహ్మానందరూప మమృతం యద్విభాతి
శాంతం శివ మద్వైతం శుద్ధ మపాప విద్ధం నమామి."
"ఓం నమస్తే సతే తే జగత్కారణాయ
నమస్తే చితే సర్వలోకాశ్రయాయ
నమో ద్వైతతత్త్వాయ ముక్తిప్రదాయ
నమో బ్రహ్మణే వ్యాపినే శాశ్వతాయ.
"త్వ మేకం శరణ్యం త్వ మేకం వరేణ్యం
త్వ మేకం జగత్పాలకం స్వప్రకాశం
త్వ మేకం జగత్కర్తృపాతృప్రహర్తృ
త్వ మేకం పరం నిశ్చలం నిర్వికల్పం."
"భయానాం భయం భీషణం భీషణానాం
గతిః ప్రాణినాం పావనం పావనానాం
మహోచ్చైః పదానాం నియన్తృత్వ మేకం
పరేషాం పరం రక్షణం రక్షణానాం"
"వయం త్వాం స్మరామో, వయం త్వాం భజామో
వయం త్వాం జగత్సాక్షిరూపం నమామః
సదేకం నిదానం నిరాలంబ మీశం
భవాంభోధిపోతం శరణ్యం వ్రజామః"

[కేశవచంద్రుడింకను తన సహోదర వర్గమును భగవత్ప్రార్థనా సన్నద్ధుల గావించుచున్నాఁడు.]

"భజ రే పరమేశం । సతతం । భజ రే పరమేశం
సుజనాధారం । అజవిస్తారం
సుజనోద్ధారం । నిజగంభీరం ॥పల్లవి॥
సుగుణవికాసం । అఘగుణనాశం
జగసువిలాసం । మిగదయకోశం ॥ప॥
కారణరూపం । సారసు దీపం
ధీరకలాపం । భూరిప్రతాపం ॥ప॥
మరణవిదూరం । పరమవిచారం
నిరుపమసారం । చరితమపారం ॥ప॥
సురుచిరగమ్యం । పరతరధర్మం
గురుతరమర్మం । వరపరబ్రహ్మం ॥ప॥

ఆహా ! ఎంత మధురములు ! సర్వేశ్వరసంకీర్తనము లెంత మధురములు! భక్తిభావపూరితములును, ఆనందరసోత్థితములును, గంభీరములును, మనోహరములును నగు నిట్టిగీతముల నిర్మలహృదయుఁడయి, ఏకాంతస్థానమునఁ బద్మాసనాసీనుఁడయి తంబుఱను మీటుచు గానమొనరించు మానవుని హృదయాందోళనములును, దుర్భావములును, చాంచల్యములును నశించిపోవఁ బ్రశాంతసరోవరంబు మాడ్కి వానిచిత్తము విశుద్ధమయి, నిశ్చలమై విలసిల్లఁగలదు.

త్రికరణపూర్వకమగు ప్రార్థనము పాపపరిహారము నకును, చిత్తసంస్కారమునకును ప్రథమసోపానము. భక్తిరసపూరితములును, శ్రావ్యములును నగు గీతముల గానమొనరించునపుడు గీతముయొక్క గాననినాదమందు భక్తుని

హృదయము విలీనమయి పోవ, వానికీ బాహ్యజగమంతయు నపూర్వశాంతిమయమయి శీతలసౌఖ్యమును ప్రసాదించుచుండఁగలదు.

ఆంగ్లకవి సార్వభౌముఁడగు షేక్స్పియరు (Shakespeare) తన నాటకమునందు హేమ్లెటు (Hamlet) రాజకుమారుని ముఖంబునఁ జెప్పించియున్న పద్యము కడు మనోహరమయినది. తద్భావము లతిగంభీరములు; ప్రశస్తములు.

give me that man
That is not passion's slave
And I will wear him
In my heart's care, ay, in my
heart of heart."

"బాబూ ! ప్రపంచముయొక్క వికారములకు బానిసీఁడు గానట్టి వీరుని నాకుఁ బ్రసాదించుము. నేను వానిని నా హృదయమందుఁ గాదు-కాదు మదులకు మదియందు భద్రముగాఁ బదిల పఱచికొందును."

ఆహా ! ఈపద్య మెంత సమున్నతమగు నాధ్యాత్మిక తేజముచే గర్భితమయి యున్నది. కవి యీపద్యము నుచ్చరించు భాగ్యమును రాజకుమారునకుఁ గల్పించి వానిని నాటకపాత్రలలో ధీరోదాత్తుఁడగు నాయకునిగనే కాదు సకలేంద్రియ విజేతయగు మహాత్మునిగ లోకమునకుఁ జూపియున్నాఁడు.

ఈపద్యముచేఁ గుబేరునికంటె, సరస్వతీవరపుత్రునికంటె, మన్మథునికంటె నిగ్రహాశక్తియుతుఁడగు మనుజుఁడే

యుత్తమోత్తముండను భావమును బాలకప్రపంచకమునకుఁ కలిగించియున్నాఁడు. ఇట్టి మహోన్నతములగు గంభీరభావములచే నొప్పు ధీరకవుల పద్యముల నవలోకనమొనరించు పాఠకుల చిత్తములు సులభముగా సంస్కరింపఁబడి వాస్తవికమగు నభ్యుదయము నందఁ గలుగుచున్నవి.

గంభీరతత్త్వవిచార పరితప్తహృదయుండగు షేక్స్పియరు మహాకవి యీపద్యమున ముఖ్యముగ జితేంద్రియత్వము యొక్క ప్రాశస్త్యమును సాత్త్వికాభీష్టయాచనా వ్యాజంబున స్తుతించియున్నాఁడు.

ఈ కవిసార్వభౌముఁడే తిరిగి యొక్కచోఁ గర్మక్షేత్రమునఁ బ్రవేశించు యౌవనులఁగూర్చి యీ చందమున వచించియున్నాఁడు.

"See first that the design is wise and just;
That ascertained, pursue it resolutely;
Do not for one repulse forego the purpose
that you resolved to effect."

"నాయనలారా! ముందుగనే మీసంకల్ప ముత్తమంబును, న్యాయయుక్తమును నయియుండునట్లు చూడుఁడు. ఈ నిశ్చయమునకుఁ బిదప మీ రా సత్సంకల్పమును సాధింప ముందంజవేయుఁడు. మీర లుత్తమంబని నిశ్చయించి ప్రారంభించిన కార్యము నెన్ని విఘ్నములు తటస్థించినను శంకింపక, భీతిల్లక, నిర్వహింపుఁడు. 'యతో ధర్మ స్తతో జయః' అను ధర్మవాక్యమును విస్మరింపకుఁడు.

ఈ మహాకవియే మఱొక్కచో ...

"Ignorance is the curse of God,
Knowledge the wings with which we fly to heaven."

"అజ్ఞానము దేవుని శాపము. జ్ఞానము మనల స్వర్గపురి కెగురఁజేయగల పక్షములు (రెక్కలు.)"

షేక్స్పియరు కవిచూడామణియొక్క యీ మహోన్నత భావములు సకల మానవ జాతి కాదర్శప్రాయములు. ఆతని కవిత్వము చిలుకపలుకులవలె మనోజ్ఞముగనుండి యర్థశూన్యమయినది కాదు. ఆతని హృదయాంతరాళము నుండి బహిర్గత మగు ప్రతిభావము మహోచ్చమయినది; నిర్మలమయినది. ఆతని భావములు సానదీరిన జాతిరత్నములు. పదముల సొంపు యసాధారణమైనది. ఆతని ప్రతి కృతియు నీతికి, విజ్ఞానమునకు, రసప్రాచుర్యమునకునిలయము. ఆతని ప్రతిప్రయత్నము గాంభీర్యమున కునికి; చమత్కృతికి తావు. ఆతని పద్దములందలి ప్రభావము వర్ణనాతీతమయినది. భావముయొక్క సమున్నత పరిష్కృత స్వర్గవీథిని పాఠకుని సంచరింపఁ జేయఁగల కవిత్వ మెంతయు నంస్తవపాత్రము.

ప్రకృతిమందిర పూజాలోలుఁడగువర్డ్సువర్తు (Wordsworth) కవిశేఖరుని నవ్యకవితావల్లరినుండి వికసితపద్య కుసుమములఁ ద్రుంచి వాసనఁ జూడుఁడు; అనుభవింపుఁడు; ఆనందింపుఁడు;

"One impulse from the vernal wood
Can teach us more of man,
Of moral evil and of good
Than all the sages can."

సమస్త ఋష్యాదుల ప్రబోధములకంటె హరితవర్ణవిలసితములగు సుందరపుష్పవాటికల మనోరంజనకరమగు దృశ్యా

వలోకనముచే మానవునకు విశేషముగు యుక్తాయుక్త పరిజ్ఞానము కరతలామలకము కాఁగలదు.

ప్రకృతియందుఁ గల సహజసౌందర్యమును, కళాచాతుర్యమును స్పష్టముగాఁ గవితారూపమున హృణ సారస్యతమునఁ జిత్రింప గల కవీంద్రులలో వర్డ్సువర్తు గణ్యుఁడు. ఈతని వికసిత హృదయోద్గమమగు ప్రతివాక్యము ప్రకృతిస్వభావసిద్ధమగు రసముచేఁ బూరితమయి యుండు చుండును. ప్రకృతిని దన హృదయమునం దిడికొని మానస నేత్రముతో నద్దాని బహిరంతర తత్వమును బరిశీలించిన యీ మహనీయుఁ డొక్కచో నుడివియున్న గీతము నాలకింపుఁడు.

"I heard a thousand blended notes
While in a grove I sat reclined,
In the sweet mood when pleasant thoughts
Bring sad thoughts to the mind
To her fair works did nature link
The human soul that through me ran
And much it grieved my heart to think
What man has made of man
Through primrose tufts, in that green bower,
The periwinkle trail'd its wreaths,
And 'tis my faith that every flower
Enjoys the air it breathes
The birds around me hopp'd and play'd
Their thoughts I cannot measure
But the least motive which they made
It seem'd a thrill of pleasure,
The budding twigs spread out their fan
To catch the breezy air,
And I must think, do all I can
That there was pleasure there

If this belief from heaven be sent,
If such be nature's holy plan,
Have I not reason to lament
What man has made of man."

"నేనొక పుష్పవాటికయందించుక వంగి యాసీనుఁడనయియుంటిని. అపుడు నాహృత్సీమయం దానందమయభావము లీషచ్ఛోకపూర్ణభావనలతోఁ గూడి యుద్భవములగుచుండెను. అట్టి స్థితియందు నాకొక్కసారిగ మిశ్రితసహస్రశబ్దములు కర్ణగోచరమయ్యెను. నాయంతరాత్మను విలక్షణలక్షణలక్షితమగు ప్రకృతి తన యద్భుతమగు శిల్పకళానుభూతితోడ మేళగింపఁ జేసెను. మానవుఁ డపు డే స్థితినుండి యేదశకు వచ్చినదియు నాకు గోచరింప మిక్కిలి సంతాపము కలిగెను.

ఆ కుసుమోద్యానమందుఁ బేరివింకలు సుందరమగు లతకుఁ జేరువనున్న గులాబీపుష్పగుచ్ఛములచే హారమును ధరింపఁజేసి యుండెను. అపుడు ప్రతిసుమనము మందమారుతమును సేవించి తన్మూలమున నానందరసము ననుభవించుచుండె నని నాకు విశ్వాసము కలిగెను; విహంగములు నా నల్దెసల నటు నిటు నెగురుచుఁ గ్రీడించుచుండెను; వాని యద్భుతభావము లిట్టివని నేను కల్పింపఁజాలను; కాని వాని ప్రత్యేకసాధారణాంగ సంచాలన స్ఫురణమందు నయిత మొకవిధమగు విచిత్రానందము గోచరమగుచుండుట వాస్తవమని నేను నుడువఁగలను.

మొగ్గలతో నిండియున్న చిన్న చిన్న కొమ్మలు రెమ్మలు మందసమీరము ననుభవింప విసనకఱ్ఱలవలె విచ్చి విశాలముగ వ్యాపించియుండెను. వేయేల? అట ప్రతి

యంశమం దానందమే యానందము తాండవించుచుండె ననుట రూఢి. 'ఈ విశ్వాసము సర్వేశ్వర ప్రేరణమువలననే కలుగుచుండిన, ప్రకృతియం దిట్టి నియమమే యుండియున్న మనుజుఁడు తన్నేదశనుండి యేస్థితికిఁ బఱితు నొనరించుకొని యున్నాఁడు?' అను విషయమునుగూర్చి నేను దుఃఖితుఁడ నగుదునేని యది యనుచితము కాఁజాలదుగదా!''

ప్రకృతినే సదా యారాధించుచుండు వర్డ్సువర్తు సమగ్ర విశ్వమున నిత్యానందమునే తాండవించుచుండ విలోకించుచుండెడివాఁడు. అయస్కాంతము లోహము నాకర్షించు పగిది నతని ప్రతిరక్తకణమును, మేదస్సుయొక్కయు, మనస్సు యొక్కయుఁ బ్రతి తేజఃకిరణమును, విశ్వప్రకృతియందలికళాంత ర్వ్యాప్తమగు నపూర్వానందసుధారసము నాస్వాదించుట యందుఁ జతురములయి యుండెను. వేదములందును, ఉపనిషత్తులందును వెలయుచున్న విశ్వప్రకృతి వర్ణనల వర్డ్సువర్తుకవీంద్రుని భావములన్నియు ననుసరించుచున్నవి.

కావుననే ప్రాక్పశ్చిమ విద్వత్కవు లనేకులు వర్డ్సువర్తు మహాకవిని విశుద్ధుఁడగు నార్యఋషీశ్వరుఁడని వచించియున్నారు. అతఁడు తన జీవితకాలము నంతయుఁ బచ్చిక బయళ్ళమీఁదను నదీతీరములందును, ఋష్యోద్యానములందును, లతానికుంజములందును గడిపివైచియుండెను. విశ్వప్రకృతి యొక్క సర్వతోముఖమగు శోభనువిలోకించి వర్డ్సువర్తు సకలేంద్రియములం దృప్తిపరచికొనుచుండెడివాఁడు. అతనినోటి నుండి వెలువడిన ప్రతి వాక్యమందు సుధారసము స్రవించుచున్నది.

భారతీయ కవులలో వర్డ్సువర్తునకు సమస్తవిషయముల సమానుఁడయినవాఁడు రవీంద్రకవీంద్రుఁడు. ఈ మహాకవికిని ప్రకృతియే పవిత్రచారిత్రయగు ప్రియకాంత. ప్రకృతి రమణీ మణియొక్క సౌందర్యమును విలోకించుటయందును, శ్రావ్యములగు ప్రసంగముల నాలించుటయందును, ఆమెతో సరస సల్లాపము లాడుటయందును, నవకుసుమకోమలగాత్రి పరిష్వంగ మందును వర్డ్సువర్తు, రవీంద్రాది మహాకవులు భవతాపదగ్ధములగు తమహృదయములకు శాంతిసౌఖ్యము నొడఁగూర్చుకొనుచుందురు.

ప్రకృతినమందానందకందముగఁ గవిత్వప్రభావముచే మూర్తిభవింపఁ జేయఁగల వర్డ్సువర్తు కవీంద్రుని పద్యములను గీతములను దదేకనిష్ఠాగరిష్ఠుఁడయి, పరిశీలనాత్మకమగు బుద్ధితో నిత్య మవలోకించుచుండు వ్యక్తి యానందరసాంబుధి నోలలాడఁగలఁ డనుటయం దాశ్చర్య మేమి కలదు?

ఆంగ్లసాహిత్యము నందును, కావ్యప్రపంచమందును గణ్యస్థానము నలంకరించు మిల్టనుకవి (Milton) మహాపురుషుని లక్షణములఁ గూర్చి నుడివియున్న మనోహరమగు పద్యము నాలింపుఁడు.

"Our greatness will appear then most conspicuous
When great things of small use full of hurtful,
prosperous of adverse

We can create, and in what place so' ever
Thrive under evils and work ease out of pain,
through laboured endurance"

“నిజమగు మహాపురుషుఁడు ప్రాతికూల్యమునందే యానుకూల్యమును సంపాదించుచు, అల్పవస్తువులచే ఘన కార్యముల సాధించుచుండును. ఆతఁడు హానికరమగు పదార్థమునే లాభకారిగఁ జేయఁగలఁడు; విపత్తిని సంపత్తిగఁ బరిణమింపఁ జేయఁగలఁడు. కర్తవ్యము నతఁడు నిర్వహింప సమర్థుఁడు. దుర్దశయందుండియు నతఁడు చిత్తమును, తదితరేంద్రియములను నేర్పుగా గతియను తపస్సుచే స్వాధీన మొనరించుకొని దుఃఖాంతరాళమునుండియే సౌఖ్యము నావిర్భవింపఁ జేయుచున్నాఁడు.

మిల్టను సహజముగా నున్నతభావవిలసితమగు గంభీర మధుర కవిత్వము నల్లనేర్చిన మహాకవి. ఆతని ప్రతిపద్యము యొక్కయు భావము జ్ఞానయోగముతోఁ గూడిన కర్మయోగము యొక్క ప్రతిబింబము. ఆతఁడు జ్ఞానకర్మయోగముల నైక్య మొనరించి తదైక్యభావము నాధ్యాత్మిక తేజస్సుచే నింపి కవితామూర్తిని నిర్మించి ప్రపంచమున కద్దానిని ప్రసాదించుచుండును. మిల్టనుయొక్క కవితాతత్త్వమును బరిశోధించు వ్యక్తి యవశ్యము నణువునుండి బ్రహ్మాండ మావిర్భూతమయిన దను తత్త్వరహస్యమును గ్రహించి వ్యష్టియందుండియే సమష్టిరూపమగు భగవత్పదార్థమును బడయ సమర్థుఁడు కాఁగలఁడు.

పైఁబద్యము పాఠకునకు దుఃఖమందును, విపద్దశయందును, భయముఁజెందక ధైర్యము నవలంబించి, నిగ్రహశక్తియుక్తుఁడవయి, యాదర్శకార్యముల నాచరించి, సాధించి, మహాపురుషుఁడవగు మనుబోధను గలిగించుచున్నది. ఆశ్లీల

శృంగార రసపూరితములగు పద్యములు పాఠకుని యాధ్యాత్మికశక్తిని నశింపఁజేసి వాని చిత్తచాంచల్యమును వృద్ధిఁగావించి వానిని విషయ సేవనమున కున్ముఖుని గావించును.

ఆంధ్రసారస్వతమందలి ప్రబంధములయం దెచ్చటనో స్వల్పముగా మిల్టను కవీశ్వరుని పద్యములవంటి జ్ఞానకర్మ యోగములఁ గూర్చి బోధించు పద్యరత్నములు లభించునే గాని విశేషముగ లభింపఁజాలవు. పురాణకల్పనలతోడను, కథలతోడను నిండియున్న దేశీయభాషాప్రబంధములయందుఁ గంటె సంస్కృతవాఙ్మయమందు నీతిని, ధర్మమును, జ్ఞాన కర్మ యోగములను అధ్యాత్మతత్త్వమును బోధించు గ్రంథ ములు మిక్కుటముగా గలవు.

మిల్టను కవీంద్రుఁడు రచించియున్న పైపద్యమును మించినభావగాంభీర్యమును జ్ఞానమునుగలిగియున్న పద్యములు భర్తృహరి సుభాషితమున లభింపఁగలవు. షేక్స్పియరు,మిల్టను మొదలగు కవివరేణ్యులు తమ కవిత్వపోషణమునకుఁ బ్రైస్త్రవ మతములగు దృష్టాంతములనే స్వీకరించి యుండిరి. చదువరీ! మిల్టనుకవీంద్రునకు సమములగు మహాకవులచే విరచితము లయిన గంభీరజ్ఞానబోధకములగు పద్యములు నీకుఁ గలిగించు ప్రయోజన మపారము.

చదువరీ! విచారావనతముఖుఁడవయి వ్యాకులపడు చుంటివేమి? ధనము లేదనియా? సంతానము లేదనియా? షడ్ర సోపేతాహారము లభించుట లేదనియా? తెలుపుము. నీదుఃఖ మునకు ముఖ్యకారణము తృష్ణయే యని నే నెఱుంగుదును.

భయంకరమగు నీ జాడ్యము నుండి విమోచనము నంద నభిల షింతువేని త్వరపడుము. శ్రీ బుద్ధభగవానుఁడు ప్రాక్ప్రతీచీ ఖండవాసుల నెల్లర నుద్దేశించి బోధించియుండిన ధర్మోపదేశ ముల ధమ్మపదమునఁ బఠించుము. చదివి ఆనందించి యాచ రించితివా జనన మరణ దుఃఖనివారణమగు నిర్వాణసౌఖ్యము ననుభవింపఁగలవు.

నాయనలారా, మిమ్ము మీరు హృదయపూర్వకముగ సదా ప్రేమించుకొను విధంబుననే లోకమందలి సమ సజీవ రాసుల మనసారఁ బ్రేమింపుఁడు. కనికరింపుఁడు. క్షుద్రమగు మశకమాది గొప్పజంతువగు హస్తిపర్యంతముగల సకల జీవులు మీవంటివేయని గ్రహింపుఁడు.

నిష్కపటియు, దయార్ద్రహృదయుఁడును నగు వ్యక్తియే జ్ఞానసంపన్నుఁడు; పరిశుద్ధుఁడు; పూజనీయుఁడు.

విశ్వమందలి యితరమానవు లెట్లు మీకు సాహాయ్య పడవలయునని మీరు వాంఛించుచుందురో, పరుల కా చంద మున సదా తోడ్పడుచుండుఁడు. అపుడే మీరు ధన్యులు.

మానవజీవితము విజ్ఞానమయము. విజ్ఞానమయమగు నిట్టి జీవితముయొక్క ప్రధానలక్ష్యము పరోపకారము. సత్యా న్వేషణపరాయణులు పరోపకారధర్మానుష్ఠానమునకుఁ గడం గుదురేని తమ ప్రయత్నమున విజయులగుదురు. పరస్పరసేవా మార్గపరిగ్రహణమే ప్రతిమానవుని విహితకర్తవ్యము.

పరుల కుపకార మొనరించు నిమిత్తమే మీశరీరము లను, భోగభాగ్యములను మీవిగాఁ దలంచుఁడు. స్వార్థాం

ధులై వానిని స్వప్నమందును స్వకీయము లని భ్రమింపకుఁడు.

రేపో మాపో సహజముగా నశింపనున్న మీదేహములను నిశితఖడ్గధారకెఱఁ గావించు రాక్షసుని గాంచియు మీరు సత్యసంశోభితములయి యుండదగు మీపవిత్రములగు ముఖములనుండి యొక్క నిష్ఠురవాక్యమునయిన వచింపకుఁడు; పల్లెత్తి దూషింపకుఁడు.

ధార్మికమహాపురుషులు తమ్మన్యాయముగా వధించు నిర్దయుల నయిన క్షమింపనేర్తురు. పరమాచలశాంతియోగసాధనమే వారి ముఖ్యలక్ష్యము.

మీ కే దుష్టమానవుఁడైనఁ గీడు దలంచినను, హాని గావించినను క్రోధమును జెందక వానికి సదా మేలు గావింపఁ గృషిసలుపుఁడు. ఉపకారికిఁ బ్రత్యుపకార మొనరించు టొక గొప్ప విషయము కాదు. అపకారికిఁ బ్రత్యపకారము సేయకుండుటయే మేధావంతునియొక్కయు, బుద్ధిమంతునియొక్కయు, జ్ఞానసంపన్నునియొక్కయు ముఖ్యకర్తవ్యమయియున్నది శత్రువును నిర్బంధమునను దౌర్జన్యముచేతను వశపఱచుకొనఁ జూచువాఁ డవశ్యము పరాభూతుఁడగును. ద్వేషమువలనను, స్పర్ధచేతను, ప్రతీకారముచేతను శత్రువు తొల్లింటికంటె ఘోరశత్రు వగుట రూఢి.

ప్రేమచే స్వాధీన మొనరించుకొనఁబడు ప్రాణశత్రువయినను విశ్వాసపాత్రుఁడగు సుహృద్వరుఁ డగుచున్నాఁడు. విశుద్ధమగు ప్రేమ యొక దివ్యాస్త్రమువంటిది. దాని ప్రయోగముచే సకల మనోభీష్టములు సిద్ధించును. సకలజీవరాసులు

ప్రేమ కేదురాదఁ జాలదు ప్రేమ యెట్టి రాక్షసునయిన జయింపఁ గలదు. సమగ్రవిశ్వమున కిదియే సమ్మోహనాస్త్రము. ఖడ్గమునలెను, బాణముకరణియు నిది శాత్రవ మండలి కణుమాత్రమయిన నపాయమును వాటిల్లఁ జేయకయే వశ మొనరించుకొనుచున్నయది. సమస్త మానవాళి యీ ప్రేమయోగమును సాధింప నుపక్రమించినపుడే విశ్వము భూతలస్వర్గము కాఁగలదు.

ద్వేషము ప్రజ్వలించుచున్న ప్రచండానలము వంటిది. అగ్ని స్పృశించినపదార్థమును మాత్రమే దగ్ధమొనరించును. కాని ద్వేషానలజ్వాల లాశ్రయుదాతను, దత్సంబంధమును గలిగియున్న సమస్తలోకమును భస్మీపటల మొనరించి వేయును. ద్వేషమును స్వస్థానస్థమందును దరిఁజేరనీయ రాదు. విషప్రయోగమునకయిన మనుజుఁడు సమ్మతింప వచ్చునుగాని హృదయమున ద్వేషమునకు స్థానము నొసంగ రాదు.

పిపీలికాది బ్రహ్మపర్యంతముగల యెట్టి సూక్ష్మజీవి నయిన యథాశక్తి సంరక్షింపఁబూనుట మహాసుకృతము. ఏ జీవినయిన నేకారణముచేనయిన శిక్షించుటగాని, వధించుట గాని మహాపాపము.

ధర్మ మానందకరమయినది; శాంతిదాయకమయినది. ధర్మానుష్ఠానము సకలజన శ్రేయస్కరము. ధర్మనిర్వహణ మునఁ బ్రాప్తమగు కష్టమును సౌఖ్యముగ భావించి, సానంద ముగ ననుభవించుటయే వివేకధురీణుని ముఖ్యవిధి.

సదా భోగభాగ్యములఁగాంచి ప్రసన్నత నందఁజూచు మూఢుఁ డవశ్యము వాని వియోగసందర్భమున మిక్కుటముగ దుఃఖింపఁగలఁడు. అభీష్టసంయోగము సుఖమునకుఁ గారణ మగుచో మనోరథవియోగము దుఃఖమునకు హేతువగు చున్నది. సుఖదుఃఖముల నివారణార్థము మానవుఁడు వీత రాగుఁ డగుటావశ్యకము. కోర్కులను పెల్లువెల్లువను నిరోధిం చిన మానవుఁడే నిర్వాణగతుఁడు.

సచ్చింతన, సద్వ్యాపారము, సత్కార్యము, సద్ధ్యానము, సద్భాషణము, సానందహృదయము, సాత్త్వికాహారము, సాధు వర్తనము గలిగి మనుచుండు మనుజుఁడే సజ్జనుఁడు; సుగుణ శీలుఁడు. అతఁడే యిహమందును, పరమందును నిర్మలా నందశాంతులఁ బడయ సమర్థుఁడు.

వేషాడంబరమున, వాచాలత్వమున జపమాలలఁ ద్రిప్పుటచేత, జడలఁ గలిగియుండుటవలన, శిరోముండన కాషాయవస్త్రాదుల ధరించుటచేత మనుష్యుఁ డెవ్వఁడును జితసంస్కారము నంది పరివ్రాజకుఁడు కాఁజాలఁడు. బాహ్య సాధనములు నిర్వాణసంపాదనమున కెంతమాత్రము నుపకరింపఁజాలవు. చిత్తశుద్ధియే మోక్షమందిర ప్రథమసోపా నము. పరిశుద్ధహృదయునకు బాహ్యానుష్ఠానములతోడను, బాహ్యోపకరణములతోడను నిమిత్తము లేదు. నాయన లారా! ప్రపంచసంపదలు మృగతృష్ణల వంటివి. విషయ సౌఖ్యములు కాలసర్పములు. జితేంద్రియత్వము సుధాభాం డము. సంయమము దుర్భేద్యమగు దుర్గము. చిత్తపారి శుద్ధ్యము దివ్యమగు స్వర్గీయసౌందర్యము. తృష్ణ యకాల

భయంకరమృత్యువు. దుర్వాసన ప్రచండాగ్నిస్ఫులింగము. అహంకార మమకారములు దృఢతర శృంఖలములు. కావున సుజ్ఞానజ్యోతిచే జీవితాజ్ఞానాంధకారము నశింపఁజేయుఁడు.

గురుజనులను, వృద్ధులగు మాతాపితలను, దీనులను, వికలాంగులను సేవింపుఁడు; సన్మానింపుఁడు. వారిచి త్తము లను దీవ్రవాగ్బాణముల నొవ్వఁజేయకుఁడు. వారు సంతృప్తు లయినపుడే మీకుఁ గల్యాణము గలుగఁగలదు.

ధర్మకార్యములను, సత్కర్తవ్యములను, జ్ఞానసంపాద నమును బ్రారంభించుటయందుఁ గాలవిలంబనము సేయకుఁడు క్షణభంగురమగు జీవితముపై విశ్వాస మెట్లు? నేఁటికార్యము నిపుడే సేయుఁడు. రేపటి కని శేషము నుండనీయకుఁడు. ఆల స్యముచే నమృతము హాలాహలమగుఁగాదె?

మీపనులందును, తలంపులందును, నుడువులందును, సావధానచిత్తులయి యుండుఁడు. సోమరులు కావలదు. సోమరితనము సకలవ్యాధులకు మూలము. త్రికరణములఁ గీఁడు తలంపకుఁడు; కీఁడు పలుకకుఁడు; కీఁడు సేయకుఁడు. ఈ విషయములఁ గొంచె మేమఱితిరా సర్వనాశనమగును.

సకల సామ్రాజ్యములను, పశుబలసంపన్నులగు యోధానుయోధులను జయించువానికంటె స్వీయేంద్రియ వశీకరణమున విజయశీలుఁడగు వ్యక్తియే సర్వజనవంద్యుఁడగు విజేత వీరుఁడు; ధీరుఁడు.

బిడ్డలారా! మీ రెంతయో సేవఁజేయుచు, నిత్యస్నాన ముచేఁ బరిశుభ్రముఁ జేసికొనుచు, ఆహారపానీయాదులచేఁ

బోషించుకొనుచు, సుగంధద్రవ్యసేవనమున దనుపుచుఁ వెక్కసముగాఁ బ్రేమించుచున్న మీకాయములే తలవనితలం పుగా, హఠాత్తుగా నశించిపోవుచుండ మీ రేల మూర్ఖులయి జడమతులయి నశ్వరములగు దేహముల మిథ్యాసౌఖ్యముల నిమిత్తము లోకమును మోసగించుచుఁ బ్రేమశూన్యులయి మనుచున్నారు? సకలలోకమును బ్రేమింపుఁడు; ఆదరింపుఁడు; సేవింపుఁడు; సంరక్షింపుఁడు; పోషింపుఁడు. విశ్వజీవప్రేమయే స్వర్గీయసంపత్తి. అదియే యిహ పర సంస్కరణ సాధనము. నాయనలారా! తృష్ణాభిభూతులయి, యీరహస్యముల విస్మరించి, దుఃఖభయతాపములఁ గొని తెచ్చికొనకుఁడు! జాగ్రత!! జాగ్రత!!!

చదువరీ! చూచితివా? శ్రీ బుద్ధభగవానుని ధమ్మపదాదిగ్రంథములఁ బఠించుటచేఁ జిరకాల తపస్సాధితములగు నెట్టి జ్ఞాననిగూఢ రహస్యములు లభ్యమగుచున్నవో, చదువు నేర్చినవాఁ డీ మహావాక్యరత్నములచే నక్షయసౌఖ్యధన భండారమును బడయఁగలఁడు.

అల్లదిగో! మురళీగానలోలుఁడును, సంగీతప్రియుఁడును, జ్ఞానయోగీంద్రుఁడును నగు శ్రీకృష్ణభగవానుఁడు భగవద్గీతచే విశ్వమున కేరీతి జ్ఞానము నొసంగుచున్నాఁడో పాఠకుఁడా! ఆలకింపుము!

"ప్రియపుత్రులారా! విశ్వమందలి జీవరాసులలోని కెల్ల మానవజన్మయే సర్వోత్తమమయినది. మనుజుఁడు మోక్షప్రాప్తికి జ్ఞానాదిసాధనముల సంపాదింప సమర్థుఁడయి

యున్నాఁడు. అట్టి మానవజన్మధారి కర్తవ్యాచరణసందర్భమున వాసనాయత్తచిత్తుఁ డగుట తగదు.

జీవుఁ డవినాశుఁడు. వానికి మరణము లేదు. అట్టి వాఁడు బంధనవిముక్తి నిమిత్తము భక్తిజ్ఞానవైరాగ్యముల యం దొక్కటిఁగాని లేదా యన్నింటిఁగాని నవలంబించుటగత్యము. ధర్మానుష్ఠానము మానవుని ప్రథమ విధి. అధర్మపరిత్యాగము సత్పురాచరణీయము. జ్ఞానోపలబ్ధికిఁ గర్మాచరణ మత్యావశ్యకము.

కర్తవ్యనిర్వహణమునం దధైర్యము తగదు. సాహసము సంపదల నొసంగును. ప్రయత్నమే మనుజుల విహితకృత్యము. ఫలము దైవాధీనము. నిష్కామకర్మ సుఖదాయకము.

తృష్ణావిసర్జనము, ఆత్మసంతోషము, ద్వంద్వములం సమదృష్టి, ఈశ్వరధ్యానము, చిత్తపారిశుద్ధ్యము మొదలగు సద్గుణములే జ్ఞాని కక్షయాలంకారములు.

కర్మ నిరయమును, సన్న్యాసము మోక్షమును బడయిం దించు ననుట భ్రమ. నివృత్తిప్రవృత్తులు రెండును మానవ శ్రేయోదాయకములె.

భక్తిజ్ఞానాదియోగముల కేమాత్రము కర్మయోగి యం తగ్గియుండడు. భాగవతునకంటెఁ గర్మయోగియే లోకమున కెంతయో మేలు సేయఁ గలఁడు.

పరధర్మముకంటె స్వధర్మమే సౌఖ్యావహము; శ్రేయస్కరము. స్వధర్మాభ్యుదయమునకు మానవుఁడు తనజీవితము నైన బలిదానము గావింప సన్నద్ధుఁడయి యుండవలయును.

ప్రపంచమందలి సకలసంపదలకంటె, భార్యాపుత్రాదులకంటె, నిజదేహముకంటె మానవునకు సర్వోన్నతమును, శాశ్వతమును నగు దివ్యాత్మయే విశేషప్రయోజనకరము; చింత్యము; ధ్యేయము.

ధర్మము లోపించి, అధర్మ మభ్యుదయము నందినపుడు సకలలోకాధారుండగు పరాత్పరుఁడు వసుధాస్థలి నవతరించి దుష్టుల దండించియు, శిష్టులఁ బోషించియు ధర్మసంస్థాపన మొనరించును.

భరతఖండమునఁ గాననగు వర్ణవిభాగము గుణకర్మల ననుసరించియే వృత్తిసౌకర్యార్థము సృజింపఁబడినది. సద్విద్య, జ్ఞానము, ధర్మోపదేశము, సత్వగుణము మొదలగు వానిచే శూద్రుఁడు బ్రాహ్మణుఁడగును-అవిద్య, అజ్ఞానము, తమోగుణము, దాస్యవృత్తి మొదలగు వానిచే భూసురుఁడు శూద్రుఁడును గావచ్చును.

కర్తవ్యాకర్తవ్యముల వివేచనము గలిగి, యుక్తకర్మల నాచరించుచు, సకలభూతముల స్వాత్మసదృశముగ నాదరించుచు, సాధువర్తనుఁడయి మను వ్యక్తి పూజ్యుఁడు లేక పండితుఁడు. అట్టివాని బోధన లవశ్యాచరణీయములు.

సత్యము, శౌచము, అస్తేయము, అహింస మొదలగునవి ధర్మాంగములు. ధర్మాత్ముఁడు సకలభూతముల సుఖదుఃఖములఁ దనవిగా భావించుచుండును.

సకలవిషయవ్యామోహమును, కామక్రోధాది షడ్రిపులను, సమస్తసాంసారికబంధనములను నిర్మూలించినవాఁడే సకలలోకాదర్శప్రాయుఁడగు యోగిసత్తముఁడు. అట్టి వీతరాగి

గృహమందున్నను, ఘోరారణ్యమందున్నను, సజీవుఁడయి యున్నను, మృతుఁడయి యున్నను సౌఖ్యవంతుఁడే.

అభ్యుదయ పతనములకు మానవునివర్తనమే ప్రధాన కారణము. మానవుఁడు తనభాగ్యమునకుఁ గర్త. దృఢాత్మబల విశ్వాసములే యున్నతికి ముఖ్యసాధనములు.

మహాత్ములయొక్కయు, సాధుసత్తములయొక్కయు, పండితులయొక్కయు, సద్గ్రంథములయొక్కయు, సత్సాంగత్యముచే మానవహృదయము వికసించి, జీవితోత్థానమందిర సోపానములఁ గ్రమముగ నధిరోహింపఁగలదు. సత్సాంగత్యము సర్వలోకవంద్యము.

దయామయుండును, న్యాయైకచిత్తుండును, జగత్పాలకుండును నగు సర్వేశ్వరుని దృష్టియందు సకలజీవములు తుల్యములే. వానికి నిమ్నోన్నతభావము లేదు.

నాయనలారా ! సూర్యచంద్రాదులచే లోకమునకు శీతలచంద్రికను, జీవపోషణ శక్తియుక్తమగు ప్రకాశమును బ్రసాదించుచున్నట్టియు, ఆకాశము,జలము, వాయువు, అగ్ని, పృథివ్యాదిపంచభూతముల జీవహితము నపేక్షించి సృజించినట్టి దేవదేవుఁడే మనకు మాతయు, పితయు, దేశికుఁడును, శాసకుఁడును, నిత్యారాధ్యుఁడును నయియున్నాఁడు. కావున మీ రనుదినము తెలిసియో, తెలియకయో కావించిన పాపములన్ని జగదీశ్వరునకు నివేదించికొని, ఆత్మపశ్చాత్తాపజలముచేఁ జిత్తమాలిన్యమును బ్రక్షాళన మొనరించి, దైవభక్తినే ముక్తి సాధనముగ నెఱింగివర్తించుఁడు. సకలము దైవాయత్తమనుట విస్మరింపకుఁడు. జాగ్రత్త!

పాఠకుఁడా! దేహమునే శాశ్వతపదార్థముగ భ్రమించి సర్పరజ్జుభ్రాంతికి వశుఁడయిన వానివలె వ్యామోహగ్రస్తుఁడవయి, తుచ్ఛ పాశవిక భోగములకు దాసుఁడవయి, రహస్యముగా నెన్నియో దోషములఁ గావించుచు, వాని నెవ్వారును గ్రహించియుండలేదని లోలోన సంతసించుకొనుచు, జీవితలక్ష్యమగు జ్ఞానమును మఱచి, వెంటరాని, ఒంటఁబట్టని ముదికి వెంటకుప్ప లనఁదగు ధనధాన్యాదిసంపత్తులఁ గూడఁబెట్టుచు జ్ఞానులఁ దూష్ణీంభావమునఁజూచుచు, దుష్టుఁడవయి చరించి, వియోగ వ్యాధిభయ మరణకాలముల ఘోరముగ దురపిల్లుచు నుంటివి నీ మూఢహృదయమున కీ కృష్ణభగవానుని సమస్త హిందూమతగ్రంథ సారోద్ధృతములగు నీ ధర్మోపదేశ వాక్యములు నూతనవికాసము నొసంగఁగలవు. ఇట్టి సదుపదేశ వచనములఁ బఠించువారి జీవిత మవశ్యము పరివర్తనమును జెందఁగలదు.

సకల ప్రతీచీఖండమున జ్ఞానభానుఁడయి ప్రకాశించియుండిన పురుషోత్తముఁడగు క్రీస్తుభగవానుని నీతివాక్యములఁ బాఠకుఁడా! చదువుము. చదివి యానందించి, మౌనము వహింపక, ఆచరించి జన్మసార్థక్యమును బడయుము.

ఓ నా ప్రియసహోదరులారా! విశ్వమందలి సకల సంపదలలో శాంతమే యక్షయ సంపద్భండారము. శాంతముచే నిహపరసౌఖ్యములు సులభముగా లభించుచున్నవి.

మూఢులకు జ్ఞాన మసహ్యకరమయినది. బుద్ధిహీనులు దుర్వ్యసనములఁ జిక్కి 'తాము క్షేమముగా నుంటిమని భావించు చుందురే కాని తమకు రానున్న విపత్పరంపరల

గుర్తింపఁజాలరు. జ్ఞానశూన్యులు నాస్తికులు. నాస్తికులు నశించువారు.

సత్యసంధు లీశ్వరపుత్రులు. భక్తుల సత్ప్రవర్తనము దేవుని ముగ్ధు నొనరించును. వివేకము కడు మనోహరమగు పదార్థము. సద్బుద్ధి మానవుని సంరక్షించును.

పరస్త్రీ తల్లివంటిది. ఎల్లరకు మేలు సలుప యత్నింప వలయును. మనచే నొరుల కొనరింపఁబడు మేలు మనకుఁ గల కీడులఁ బోద్రోలును. దయాంతరంగుఁడు లోకపూజితుఁడు. ఆశ్రితుల మోసగించువాఁడు రాకుసుఁడు.

సహస్రదంతావళముల బలమును గలిగియున్నవాని కంటె సచ్ఛాత్రుఁడు సూదిమొనయంతటి యాత్మబలమును గలిగియున్నను శ్రేష్ఠుఁడే. పరుల గద్దింపులను, బాధలను, ప్రహారములను సహించువాఁ డుద్ధరింపఁబడును.

దీర్ఘాయుష్మంతుఁడగు మూఢునికంటె నల్పాయుర్దాయముఁగల జ్ఞానియే ధన్యుఁడు. జ్ఞానశూన్యుని జీవిత మాత్మశూన్యమగు మృతకళేబరము వంటిది.

దంపతులకు విశుద్ధమగు పరస్పరవిశ్వాసమే సౌఖ్యము నొసంగు ధర్మము. భక్తిహీనుల సాంగత్య మపాయకరము. తిరస్కారములు, దూషణములు నీతిశిక్షాదాయకములయి జీవితాభ్యుదయమునకుఁ దోడ్పడును.

చెడ్డదృశ్యములఁ గాంచు చక్షువులును, దుష్టరుచుల నభిలషించు జిహ్వయు, దురాలోచనలఁ జేయు హృదయ

మును, నిరపరాధుల దండించు హస్తములును, దేహగేహమును నింద్య ప్రదేశములకుఁ గొనిపోవు పాదములును నిందార్హములు.

లోకమునం దెల్లరఁ బ్రేమించుచుండుఁడు. పరోన్నతి కానందబాష్పముల నేత్రములనుండి స్రవింపఁజేయుఁడు. సాటి సహోదరుఁడు దుస్స్థితికిఁ జిక్కిన మనసార విచారించి వానికిఁ దోడ్పడుఁడు. అపుడే ప్రభువు మి మ్మాలింగన మొనరించు కొనును. పాపమునకుఁ బ్రాయశ్చిత్తము పరిహారము.

సామాన్య కుటుంబమున జన్మించి ఖడీజా యను ధనాఢ్య వితంతువును వివాహమాడి, సకలసౌఖ్యముల ననుభవించి ప్రపంచమందలి యజ్ఞానమునకును, పరమమాఢ్య మునకును జింతించి విరక్తుఁడయి దీర్ఘకాలము గృషియొన రించి మహాజ్ఞానియయి తురుష్క దేశముల కెల్ల ధర్మజ్ఞాన కర్మల బోధించిన మహావక్తయు, ధర్మాచార్యుఁడును నగు మహమ్మదుప్రభువు మక్కా మదీనా పట్టణములం దేరీతి జనుల కుపదేశించి యున్నాఁడో పాఠకుఁడా! విలోకించుము.

ఓ మహాజనులారా! మీ రెల్లరు దూరదృష్టిలేని వారలై అజ్ఞానముచే నిరంతరము దుష్కర్మల నాచరించుచు ననుదినము మూఢులయి పోవుచున్నారు. మీ రజ్ఞానమును విసర్జించి భువి జన్మించిన ప్రతిమానవునియొక్క ప్రధానధర్మ ములలో నఖండమండలాకారుఁడును, జగద్రక్షకుఁడును నగు సర్వేశ్వరు నారాధించుటయే ప్రశస్తమగు ధర్మమని గ్రహిం పుఁడు. సర్వలోకశాసకుఁడగు దేవునియెడ భక్తివిశ్వాస కృతజ్ఞతలు లేనివాని జీవితము వ్యర్థమయినది.

మనల సృజించి, పోషించుచు, సౌఖ్యానందముల ననుభవింప సమస్తసాధనములఁ బ్రసాదించియుండినట్టియు, సదా లోక కల్యాణము నిమిత్తమే పంచభూతాది మహాశక్తుల రూపమందుండి పాటుపడుచున్నట్టియు నిర్వ్యాజకరుణామయుఁ డయినట్టియు, అనాథనాథుఁడయినట్టియు నఖిలేశు నర్చించు వాఁడే నిజమగు దైవభక్తుఁడు. అట్లాచరింపనివాఁడు నాస్తికుఁడు.

(కాఫరు).

ఈశ్వరుని కెల్లభువనంబుల సములగువా రెవ్వారును లేరు. అతనికి మూఢమానవులమగు మనకువలెఁ గామ క్రోధాదిదుర్గుణములును, అజ్ఞానవ్యామోహములును లేవు. అతఁడు సచ్చిదానందమయుఁడు; భక్తత్రాణపరాయణుఁడు; ఆర్తరక్షణ పరతంత్రుఁడు. మానవుఁ డెట్టిపాపములఁ దెలియక యాచరించినను సభక్తికముగ, హృదయపూర్వకముగ భూమిపై సాష్టాంగపడి, ఆత్మపశ్చాత్తాపమును సూచించుచు దేవునిఁ బ్రార్థించినఁ గరుణామూర్తియగు నల్లారహీము క్షమింపఁ గలఁడు. ఆతఁడాకాశమువలె గంభీరజ్ఞానమయుఁడు; సాగరమువలెఁ గరుణాప్రపూర్ణుఁడు. మన సుకృతములను, దుష్కృతములను సంకల్పమాత్రమునఁ దెలియఁగల యింగితజ్ఞుఁడు. మానవుఁ డెట్టి కార్యమునయిన నిత్యప్రార్థనసమయమున జగదీశ్వరునకు విన్నవింపకయే యాచరింపరాదు.

సకలలోకమునకు నారాయణుఁ డొక్కఁడయి యుండ మందబుద్ధులగు మానవులు కల్పితదేవతలఁ గొల్చి జీవితలక్ష్యమును మఱచి, గమ్యస్థానమును జేరలేకయున్నారు. ఏకపదార్థమగు భగవానుని బాసి భిన్న దేవతల నారాధించుట యొక

శరీరమును ఖండించి వేలువేలు గావించుట వంటి మూఢ చర్యయే. కావున ఆస్తికుఁడయినవాఁ డెవ్వఁడును నక్షత్రములను గ్రహములను బూజింపరాదు.

భవసాగరమును దరింప నభిలషించు ముముక్షువులు పరిశుద్ధహృదయములతో దేవునిఁ బ్రార్థించిన నతఁడు వారి మొఱల నెఱిఁగి నాలకింపఁగలఁడు. శిలానిర్మితములును, కాష్ఠ సంఘటితములును, తామ్రమయచిత్రములును నగు జడప్రతిమల నర్చించుటవలన మనుజుల తాపములు శాంతింపనేరవు. విగ్రహారాధనముచే మానవుని విజ్ఞానమయదృష్టి మంటఁగలియ వాని చిత్తశౌచసంబంధమగు జ్ఞానమయానుష్ఠానము నశించి పోఁగలదు. అపుడు సారములేని బాహ్యకర్మలే శేషించి యుండఁగలవు.

భక్తి, ప్రార్థనము, జ్ఞానము, ధర్మము మొదలగు సద్గుణములు ప్రతిమార్చనచే మానవునియం దుండి వెడలిపోఁగలవు. కావున మనుజులు దేవునే ప్రార్థింపవలయును. దేవుఁడు సమస్త మానవులకుఁ బూజ్యుఁడయి యున్నాఁడు. వాస్తవముగా మన కతఁడే పరమపిత. మన మెల్లర మతని సంతానము. కావున సహోదరుల మైతిమి. మనము పరస్పర హింసా సంబంధములగు దుష్కర్మల నాచరింపరాదు.

కలహములు, తాడనములు, హత్యలు, దూషణములు మొదలగు దుర్గుణములు మానవజాతీయ వికాసపుష్పమందలి భయంకరకీటకములు. అరబ్బులు కరుణలేక, జ్ఞానశూన్యులయి యొండొరులఁ జంపుకొనుటకయిన శంకింపకున్నారు. ఈశ్వరుని

విశాల సామ్రాజ్యమగు విశ్వమం దిట్టి యరాజకము కడు భయంకరమయినది.

ధర్మమార్గమునుండి తప్పిపోయిన మన సహోదరుల మనము కరావలంబన మొసంగి ధర్మపథమునకుఁ దోడ్కొని రావలయును. మనుజుఁడు తా నొక్కఁడే ధర్మప్రభావముచేఁ దరింపఁజూచుటకంటె దీనావస్థయం దున్న తన సాటి సహోదరులనుగూడ ధర్మజ్ఞానప్రబోధముచే నుద్ధరింపఁగలిగినపుడే ధన్యుఁడగును. అట్టివాఁడే ఈశ్వరుని నిజమగు ప్రియపుత్రుఁడు.

మూఢమానవసంఘమునం దన్యాయము, అధర్మము ప్రబలకుండునట్లు కాజీలు చూచుచుండవలయును. భూమిమీఁద ధర్మమును స్థాపించుటకును, దుష్టుల శిక్షించుటకును, శిష్టుల సంరక్షించుటకును దేవునిచే కాజీలు సృజింపఁబడి యున్నారు. ఫకీరులు సదా భిక్షాటన మొనరించుచు, భోగాదుల నొల్లక, విరక్తులయి, జ్ఞానులయి యీశ్వరసందేశముల నెల్ల మానవులకుఁ జాటుచు దైవసంకీర్తనముతోడనే జీవితమును గడిపివేయఁదగును. అట్టి ఫకీరు లెల్లరిచే సభినందింపఁబడఁదగి యున్నారు.

మానవులందుఁ బరస్పరనిమ్నోన్నతభావము (ఎక్కువ తక్కువ) యుండరాదు. దేవుని కెల్లరును సమానులె. స్త్రీపురుషభేదమే మానవజాతియందుఁ గలదు. జాతిభేదము సత్వరము నశింపవలయును. ధనాఢ్యులు గర్వాంధులయి, దరిద్రుల బాధింపరాదు. ఎల్లరుఁ బ్రేమప్రపూర్ణహృదయులయి, కలసి మెలసి వర్తింపఁదగును. నమాజుచే సదా పాపములకుఁ బ్రాయశ్చిత్తమును జేసికొనుచుండవలయును.''

చదువరీ! నీ వెంతటి భాగ్యవంతుఁడవు! ఏనాఁడో పుట్టి గిట్టియున్న మహాపురుషుల దివ్యప్రబోధవాక్యముల సులభముగా గ్రహింపనోచిన నీ జన్మ సార్థకమయినది. పఠనముచేఁ గలుగు నపూర్వప్రయోజనముల నెఱుంగని మూఢులగు నీ సహోదరులకు సద్గ్రంథావలోకనప్రభావమును గూర్చి తెలియఁజెప్పి వారిని సయితము గ్రంథావలోకనపరాయణులఁ గావించుము. ఇట్టి సుకృతముచే లోకమునకు నీ వెంతయో యుపకార మొనరించినవాఁడ వయ్యెదవు.

ప్రపంచమందు యుక్తజ్ఞానము లేక ధర్మశూన్యులయి, సౌఖ్యానందశాంతుల యథార్థతత్వమును దెలియక భ్రష్టులయి చరించు మానవులందఱు మహాపురుషులయొక్కయు, అవతార పురుషులయొక్కయు, సత్కవీంద్రులయొక్కయు ధర్మ సందేశములను, నైతికోపదేశములను, సత్కావ్యములను నిత్య మవలోకించుచున్న వారి యజ్ఞానము దూరమయిపోవ శిష్టాచరణసమన్వితులయి యిహపరములఁ జరితార్థులగుదురు.

చదువు నేర్చినవా రెట్టి మారుమూలలయందున్న నిగూఢ విషయముల నయిన దివ్యముగా గ్రహింప సమర్థులగుచున్నారు. వారికి సదా సృష్టియందు ఘటిల్లుచుండు నెట్టి మర్మములయిన సువ్యక్తము లగుచుండగలవు. అధ్యయనము (పఠనము) యొక్క ప్రభావము స్వానుభవముచే గుర్తించిన బాగుగాని, వర్ణింపఁబూనినఁ బ్రయోజనము లేదు.

గ్రంథావలోకనము మానవునకుఁ బ్రేమపథమును, జ్ఞానపథమునుజూపించునట్టి యొక మహత్తరమగు సాధనము.

అధ్యయనశీలురగు పురుషులు మహాపురుషులయొక్క ప్రతిభా విశేషమున నిజాశయముల సంస్కరించుకొని, పరిపుష్టము లొనరించుకొనఁ గలుగుచున్నారు. ప్రతియుగముయొక్కయు, దేశముయొక్కయు లోకోత్తరచరిత్రులగు పుణ్యాత్ములు చదువు నేర్చినవారి సమక్షమున మంత్రవేత్తలయొక్క యాహ్వానముచే భూతములు ప్రత్యక్ష మగుచందమున సాక్షాత్కరించి ముకుళితహస్తులయి, ఏమియాజ్ఞ? యని వినయపురస్సరంబుగఁ బాఠకుని పృచ్ఛించుచున్నారు.

గ్రంథావలోకన సమయమున విద్వాంసులయొక్కయు, కవికుమారులయొక్కయు, ప్రతిభాశాలురగు పురుషపుంగవుల యొక్కయు మనోహరములగు పవిత్రవాక్యములను, వారి చమత్కారపూర్ణములగు చర్యలను, ఉదారాశయములను బాఠకులు తమహృదయాంతరాళమున నిర్మితమయి యుండు స్మృతిపేటికయందు భద్రపఱచికొనుచుండవలయును. స్వల్ప కాలమే సద్గ్రంథావలోకన మొనరించుటచే మన హృదయ ములు సుజ్ఞాన నిలయములయి, సరస్వతీ నికేతనములయి వఱలుచుండవలయును.

అధ్యయనముచే నుత్తమజ్ఞానసంగ్రహ మొనర్చిన వ్యక్తి తనకు భయసంతాపములు గలిగినపుడెల్ల నా జ్ఞానాంశ ముల స్మృతికిఁ దెచ్చుకొని సముచితోత్సాహమును, సౌఖ్య మును, శాంతినిఁ బడయఁగలఁడు. గ్రంథాలయములకంటె మనహృదయాభ్యంతరమునఁ గల స్మృతిపేటికలే నిత్యపఠ నముచే జ్ఞాన ధనప్రపూర్ణములయి, విశేషప్రయోజనకరము లును, నిర్మలానందప్రదములును గాఁగలవు.

మనకు విచిత్రస్వభావమును గలిగియున్న ప్రపంచము నం దనేకములగు విపత్పరంపరలు తటస్థించి, మన హృదయానందమును జూర్ణీకృత మొనరించి, మనశక్తులను శైథిల్యము నకుఁ బాల్పడఁజేయునట్టి దుర్దశ తటస్థించుచుండఁగలదు. అట్టి విషమ దశయందుఁ జదువునేర్చినవారు పురుషార్థులగు మహాత్ముల యుత్సాహపూర్ణములగు సదుపదేశములచే విశేషానందమును, దుఃఖవిస్మృతిని, నూతనశక్తిని సంపాదింప గలరు. ఆపద్దశలయందు మహాపురుషవిరచితములగు సద్గ్రంథములు చదువరులకు మిక్కిలి తోడ్పడి, వారి సంకటముల హరించి, విఘ్నాంత మొనరించి, వారల నధ్యవసాయపరతంత్రులఁ జేసి జీవితసాఫల్యము నొడఁగూర్పఁగలవు.

కర్మయోగులగు కవీంద్రుల కవితలు హతాశులగు మనల నూతనాశాపూరితులుగఁ జేసి మన హృదయాంతరాళముల ధైర్యసాహసములఁ బురికొల్పఁగలవు.

దుఃఖము తటస్థించినపుఁ డొక మహాత్ముఁడగు విద్వాంసుఁ డిట్లు నుడివియున్నాఁడు :—

"ఈశ్వరుఁడు మనల నిట్టిదశయం దుంచగోరుచున్నాఁడు. సర్వేశ్వర నిర్దేశితమగు మన మీ కర్తవ్యమును నిర్వహింప వలసియున్నది. వ్యాధుల ననుభవించుట మన ధర్మము. తప్పక మన మాపదలఁ గుడువవలయును. మన మెల్ల యవమానములను, తాపములను, భయవిషాదములను సహింపవలసి యున్నది. ఈశ్వరేచ్ఛ యెటులుండునో మన మటుల వర్తించుటయు శ్రీయస్కరము. ఈశ్వరోద్దేశ్యపాలనము మనకుఁ బరమధర్మము. అన్యుల యభీష్టానుసారము

గార్య మొనరింపవలసి వచ్చినపుడును, పారతంత్ర్యమును స్వీకరింపవలసివచ్చినపుడును యువకు లభిమానముచే విచారాంబుధిని మునుంగుచున్నారు.

ఒకప్పుడు సంపత్తి, మఱియొకప్పుడు విపత్తి గలుగుచుండుట ప్రపంచ స్వభావము. కావున యువకులు తమ కేదేని దుర్దశ సంభవమయినపుడు దుఃఖింపక, సాహసముతో నద్దాని నెదుర్కొని, కృషిసలుపుచు సదవకాశమునకయి నిరీక్షించుచుండు టుచితము. నేటి పాలకుఁడే రేపటి పాలితుఁ డగుచున్నాఁడు. ఓడలు బండ్లును, బండ్లోడలును నగుచున్నవి. గ్రంథపఠనముచే యువకు లీరహస్యమును గ్రహించి, విపద్దశయందు ధైర్యముడిఁగి, భ్రష్టత్వమునకుఁ బాల్పడక స్వోద్ధరణ ప్రయత్నమునకుఁ గడంగఁగలరు. ఆజ్ఞాపాలకుఁ డెట్టివాఁడో, ఆజ్ఞాదాతయు నట్టివాఁడేయని యువకు లెఱుంగఁ దగును. మనము ప్రపంచ సంసర్గమున జీవించుచుండువారల మగుటచే ననేక యవసరములందు నొకింత యస్థిరహృదయులమయి, సత్యపథమునందు దుర్బల చిత్తులమయి, త్వరపడి హితాహితముల వివేచింపక కష్టనష్టములకు గుఱియగుచుందుము. ఈ రహస్యములన్నియుఁ జదువు నేర్చిన వారికి సులభముగా బోధపడుచుండఁగలవు.”

గ్రంథావలోకనముచే ననేకములగు నవసరములందు శిక్షయు, ఉత్సాహమును, శాంతియు నిరాటంకముగ లభింపఁగల వనుట సత్యము. గ్రంథ మొక యాశ్చర్యమగు మహోత్తమాస్త్రాగారమువంటిది. కర్మవీరులమగు మనము నిరంతర మా యస్త్రాగారమునుండియే ధర్మజ్ఞాన నీతిశక్తివ్య

దృఢసంకల్పాధ్యవసాయాది నిశితాస్త్రములఁ గొని ప్రపంచ జీవితసంగ్రామ రంగమునఁ బ్రవేశించి, మనసౌఖ్యానంద శాంతులను సంపదల హరింప మనపయి దండెత్తి వచ్చు భయదుఃఖప్రమాద వ్యసనాది ఘోరరిపులఁ బరిమార్పఁ గలుగుదుము.

జీవిత భీషణ యుద్ధరంగమున దివారాత్రములు శాత్రవ ప్రహారాక్రమణములనుండి సంరక్షింప మనుజునకు సద్గ్రంథ ముకంటెఁ దోడునీడయి యుండువా రెవరు? ఎట్టి గొప్పప్రాణ స్నేహితుఁడును సద్గ్రంథమువలె మానవున కున్నతవిచారము లను, సర్వోత్కృష్టభావములను, సర్వోత్తమంబగు కార్యకర ణోత్తేజనమును బ్రసాదింపఁజాలఁడు.

ఒకతూరి రాజకీయోద్యోగి యొకఁడు రాజాభీష్టమునకు విరుద్ధముగా సముచితమును, న్యాయసంగతమును నగు నొక కార్యమును జేయ సన్నద్ధుఁడయ్యెను. ఆతని మిత్రుఁడగు మఱి యొక రాజకీయోద్యోగి స్నేహితుని సాహసమును జూచి యీ చందమున నుడివెను:—

"సోదరుఁడా! భూపాలురు కడు భయంకరులు. వారి యప్రసన్నతనుండియు, బొమముడియు మహోగ్రాగ్ని జ్వాల లుదయింపఁగలవు. వారి యభిలాషకు వ్యతిరేకముగా, జరించువానికి మరణదండనమే విధింపఁబడఁగలదు. నీ వేల వ్యర్థముగా రాజాగ్రహమునకుఁ బాల్పడి మృత్యుముఖమునఁ బడి పోయెదవు? నీకు బ్రాణములయం దాశ కలదేని న్యాయా న్యాయములఁ గూర్చి విచారింపక, భూపాలుర యడుగులకు మడుగు లొత్తుము. జీవించుట కింతకంటె గత్యంతరము లేదు."

తనమిత్రుని ధర్మవిరుద్ధములగు కాపురుషవాక్యముల నాలించి ధీరుఁడగు ద్వితీయరాజకీయోద్యోగి పరిహాస మొన రించుచు పిఱికిపందవగు నోమిత్రమా! నీ వెంత వెఱ్ఱివాఁడవు ? నీ హృదయ మెంత దుర్బలమైనది. ఆత్మబల మన నేమియో వినియుండలేదా ? రేపో మాపో సహజముగా మృత్యుముఖ మునఁ బ్రవేశింపనున్న మనము దూషితవర్తనులగు భూపాలుర యనుగ్రహమునకుఁ బాత్రులము గా నెంచి ధర్మవిరుద్ధములగు కార్యముల కొడిగట్టఁదగునే ?

క్షణభంగురమును, నీచమును నగు రాజానుగ్రహము కంటె నీతియుక్తునకు ధర్మపక్షపాతియగు దేవుని శాశ్వతకరుణా కటాక్షము కడు ప్రశస్తమైనది. స్వార్థము నపేక్షించక సద్బు ద్ధితో ధర్మసంరక్షణమునకుఁ గడంగిన నాయెడ నరనాథుఁడు క్రుద్ధుఁ డగునేని నా యీామలగృహమునే నశింపఁ జేయఁగలఁడు గాని, సకలలోకవ్యాపకమును, భగవత్స్వరూపమును నగు పరిశుద్ధాత్మను స్పృశించుట కేని సమర్థుఁడు కాఁజాలఁడు. సామాన్యోద్యోగి నగు నేను న్యాయసంరక్షణమున కయి రాజుల యాగ్రహానుగ్రహములతో నిమిత్తములేకయే ప్రాణ త్యాగ మొనరింతునేని ధన్యుఁడ"నని యుత్తర మొసంగెను.

సాధారణ రాజకర్మచారియొక్క భావగర్భితములగు నీవాక్యములఁ బఠించుచో ధర్మసందేహ సందర్భమున నెట్టి మందభాగ్యుని హృదయమందైనను ధర్మపక్షపాతబుద్ధియు, న్యాయసంరక్షణోత్సాహమును బుట్టి పొంగి పొరలుట కేమియు సందేహము లేదు.

మహాబుద్ధిసంపన్నుండగు మనుష్యుఁడు సర్వత్ర సర్వకాలముల బ్రాయికముగా సఫలమనోరథుఁ డగుచుండును. అదియేచందమున సామాన్య విద్యా బుద్ధి వివేక సంపన్నుం డగు మనుష్యుఁడు సయితము మర్యాద నతిక్రమింపక, ధర్మపురస్సరంబుగఁ గార్యోన్ముఖుఁడగుచో సఫలతానందము ననుభవింపఁగలఁడు.

చదువు నేర్వనిమనుజుఁడు కూపస్థమండూకమును బోలి యుండి, చదువరులవలెఁ దనచిత్తమునందు మంగళమయో ద్దేశ్యములను, ప్రౌఢభావములను, నిత్యనూతనాశయములను గలిగించు కొనఁజాలక భ్రష్టుఁడగును.

ప్రతిమనుజుఁడు వాంఛ కలిగినపు డెల్ల నేకాంతప్రదేశ మున నుపవిష్టుఁడయి సద్గ్రంథపారాయణ మొనరించుచు, చిత్తము నాగ్రంథమందే లీనమొనరించి దానియందలి మహా విషయములఁ జింతనము గావించుచు, సర్వోపయోగకర ములును, సముచితానందప్రదములును నగు సద్భావముల యొక్క నిర్మల శీతల స్రవంతియం దీదులాడుచు, సౌఖ్యము నొసంగు మఱి యే యితరసాధనముల నన్వేషింప నక్కఱ లేకుండగనే శాంతి సుఖము ననుభవింపఁగలఁడు.

ప్రతియువకుఁడును జీవితోపాధి కనువగు వృత్తిని నిర్వహించుకొనుచు, దానినుండి యవకాశము గలిగినపుడును, రైలు, నావ మొదలగువానియందు యాత్రసేయునపుడును గ్రంథములకంటె మానసిక వ్యాయామమును, మనోరంజన మును గలిగింపఁగల మఱొకసాధనము కానరాదు. మనము గ్రంథములఁ బఠించి స్మృతిపథమున నెలకొల్పు మహాపురు

షుల ప్రతివాక్య మేదో యొకసమయమందు మనజీవితోద్ధరణమునకుఁ దోడ్పడఁగలదు.

సద్గ్రంథముల నవలోకించుటచే నిండిన మానవునిహృదయాంతరాళమందలి జ్ఞానభండార మెట్టియవస్థయందును రిక్తము కాఁజాలదు. విశేషమగు శ్రమచే గ్రంథపఠనమున సంపాదింపఁ బడు మహాపురుషుల నైతికదృష్టాంతవాక్యములు సువర్ణాలంకారముల కంటె, రత్నహారముల కంటె నమూల్యములయి మానవజీవితాభ్యుదయకరములు కాఁగలవు.

జ్ఞానప్రకాశభాసురములగు సత్పండితులయొక్కయు, మహాత్ములయొక్కయు వాక్యరత్నములు మానవజాతి కాదర్శప్రాయములయి, అక్షయదృష్టాంతస్వరూపములయి, అనశ్వరమగు గంభీరప్రభతో నాచంద్రతారార్కస్థాయిగఁ బ్రకాశించుచుండఁగలవు. సద్గ్రంథముల నిత్యాభ్యాసపూర్వకముగఁ బఠించుటచే మన మాచరించు కర్మలయొక్క చెడుగులును, మనల నాక్రమించుచుండు ప్రలోభనములును, మన యాచార వ్యవహారములయొక్క సమస్తదోషములును, సమయమును దుర్వినియోగ మొనరించు దురభ్యాసములును మన దృష్టికి గొప్ప యపరాధములుగఁ దోఁప మనము వాని నవిలంబముగఁ బరిత్యజించివేయ నుత్సహింపఁగలము.

అకర్తవ్యాంధకారమునఁ బడిపోవువానికి సద్గ్రంథపఠనము దివ్యమగు జ్యోతివంటిది. వ్యాధిగ్రస్తున కిదియే యుత్తమౌషధోపచారము. దినమంతయు నిరుపయోగములగు తర్కవితర్కములతోడను, సూక్ష్మవివేచనముతోడను, తీవ్రాలోచనతోడను సంబంధించియుండు విషమకార్యముల

నిర్వహింపవలసిన బాధ్యతకు వశులయి యున్న యువకు లెల్లరు తమ కర్తవ్యములనుండి సావకాశము లభించినంతనే విశాలకల్పనాశక్తి యుతులును, నీతిధురంధరులును మహాత్ములును నగు లేఖకుల సద్భావమయములగు కృతుల నవలోకించుచుండవలయును.

ఘోరమగు శ్రమ యొనరించినవారు ప్రాయికముగా సర్వోత్కృష్టములును, పవిత్ర భావమయంబులును నగు నుత్తమ కావ్యములనుండి సదా దూరముగా నుండుటచే వారి కట్టి గ్రంథ పఠనముచేఁ గలుగు సౌఖ్యానందములు, చిత్తవిశ్రాంతి, హృదయోల్లాసము మొదలగు ప్రయోజనములనుభవచక్షువునకు గోచరింపకున్నవి. తమజీవితముల సమస్త విధముల సంస్కరించుకొనఁ దలపడు యువకులు తమ నిత్య వ్యవసాయమునందుఁ దటస్థింపనట్టియు, తమ స్వాభావిక ప్రవృత్తులకు దూరముగా నుండునట్టి ప్రకృతిని గలిగి యున్నట్టియు నవీనములగు నంతఃకరణ వికాసోత్పాదక వృత్తుల నభ్యసింపవలయును.

ప్రమాణపూర్వకముగను, యాథాతథ్యముగను విషయమును వచించుటకును, ప్రౌఢ యుక్తిప్రయుక్తుల వెల్లడించుటకును ననభ్యస్తులయియున్న యువకులు తర్కశాస్త్రము నభ్యసించుచో నెంతేని ప్రయోజనమును బడయఁ గలుగుదురు. జటిలమగు విచక్షణమందును, నిగూఢమగు సత్యపరిశోధనమందును, కఠినమగు మానసిక ప్రయాసమందును విసువును బడయు యువకు లశ్లీలములుకాని సరసములగు నుత్తమ కావ్యములఁ బఠించినఁ దమచిత్తములకు వలసినంత విశ్రాం

తిని, సౌఖ్యామోదప్రమోదములను బ్రసాదింపఁ గలవార లగుదురు.

వర్ణనములతోడను, వివిధరసములతోడను, అలంకారములతోడను, శబ్దాడంబరబాహుళ్యముతోడను, స్త్రీవిషయిక కథోపకథనములతోడను విశేషముగా నిండియుండునట్టి కావ్యములఁ బఠింపరాదు.

కావున యువకులు దేశచారిత్రములను, పురుషోత్తముల జీవితములను, తదుపదేశములను, సతీమణుల పుణ్యచారిత్రములను బఠింప నపారమగు బ్రయోజనమును బడయఁ గలుగుదురు. ఎల్లకాల మొకరీతి గ్రంథములనే—ఒక్క విషయమును బోధించు పుస్తకములనే చదువుచున్నచో మానవునకు మేధాశక్తియు, భాషాపరిజ్ఞానమును, సంకల్పబలమును, హృదయాహ్లాదమును లభ్యములు కాఁజాలవు.

వివిధములగు రుచులను, భావములను, విజ్ఞానరహస్యములను బ్రసాదించు నానాగ్రంథముల నిరంతర మవలోకించుచుండఁదగును. నీతిశూన్యములగు గ్రంథము లెట్టి ప్రౌఢమహాకవులచే రచింపఁబడినను పఠనయోగ్యములు కాఁజాలవు భోగవిలాసములయొక్కయు, అశ్లీలశృంగారమయ వృత్తాంతములయొక్కయు, విషయసౌఖ్యములయొక్కయు దుష్ప్రభావమును, దుష్టస్వభావమును భర్తృహరియొక్క నీతివైరాగ్యశతకములును, కేశవుని విజ్ఞానగీతయు, శంకరుని వివేకచూడామణియు, గాంధిమహాత్ముని బ్రహ్మచర్యమును గూర్చియు ఇంద్రియదాస్యమును గూర్చియు వ్రాయఁబడిన వ్యాసములును మనకుఁ దేటతెల్ల మొనరింపగలవు.

స్వభావసిద్ధమును, నీతివిరుద్ధమును గాని సౌందర్యము యొక్క వర్ణనములతోడను, మనోహరములగు గీతములతోడను, గంభీరభావమయ ప్రసంగములతోడను నిండియున్న సద్గ్రంథములు మానవుని సచ్చారిత్రనిర్ణయమునకు భంగమును గలిగింపఁజాలవు.

ప్రకృతిసహజములగు దృశ్యములయొక్క సౌందర్యానుభవ మర్మముల నెఱుంగనట్టియు, సహజ రస వారిధి నోలలాడఁ దెలియనట్టియు, గంభీర సౌమ్య నైసర్గిక భావ వీధిని సంచార మొనరింపఁ జాలనట్టియు నధ్యయనశీలురు కాళిదాసభవభూతుల యొక్కయు, వ్యాస, వాల్మీకిమహర్షుల యొక్కయు గీర్వాణ మహాకావ్యములను, రవీంద్రాది వర్తమానయుగ కవి చూడామణులయొక్కయు మహాగ్రంథముల బఠించుట శ్రేయస్కరము.

యువజను లవకాశము లభించిన సమస్తదశలయందు గీర్వాణభాషామహాకావ్యముల సులభముగా నర్థము జేసికొనలేనివా రగుచో వాల్మీకిరామాయణముయొక్క శుద్ధాంధ్రానువాదమును, భారతభాగవతాది మహోత్తమ ధార్మికమహాకావ్యముల యాంధ్రభాషాంతరీకరణములను బఠించుచున్నవారు దుఃఖాదులను, తాపములను, కష్టములను విస్మరించి స్వర్గీయసౌఖ్యము ననుభవించుట కెట్టి యభ్యంతరము నుండ నేరదు.

సదా విచారాక్రాంతహృదయులయి, వికాసశూన్యులయి నిరుత్సాహముగ నుండు యువకులు మహాత్ముండగు వీరేశలింగ కవివర్యుని సమస్త సంస్కరణాగ్రంథములను,

ప్రహసనములను బఠింపవచ్చును. విమలాదేవి, రాయ చూరుదుర్గము, మాతృమందిరము మొదలగు నవలలు సామాన్యపాఠకుని హృదయమునయిన మిక్కిలి యాకర్షించి మిక్కుటమగు నాహ్లాద మొదగూర్చి వానిమనస్సు నేవైపు నకును బోకుండ నిరోధించివేయఁగలవు.

మేధావంతుఁడగు కవీశ్వరునిచే రచింపఁబడినట్టియు, మనోహరమగు నితివృత్తమును గలిగియున్నట్టియు నాఖ్యా యిక (నవల) పాఠకుని చింతలవంతలఁ బాపి, ఆఁకలిదప్పులను సయితము లేకుండఁ జేయఁగలట్టి హృదయాహ్లాదసంపాదనా శక్తియుతమయి యొప్పుచుండఁగలదు.

నీతిని, ధర్మమును, జ్ఞానమును బోధించుచు వానియం దుండి మనస్సును రంజింపఁజేయగల యోగ్యతాయుక్తమగు గ్రంథమే వచనకావ్యముగనున్నను, పద్యకావ్యముగనున్నను దృశ్యప్రబంధముగ నున్నను, మఱియే రూపమందున్నను విశేష సమాదరణీయమయి యున్నది.

వంగసాహిత్యమందు సుప్రసిద్ధాఖ్యాయికారచయిత యగు బంకిమచంద్రచటర్జీ కృతములగు వివిధగ్రంథానువాద ములును, భారతవిఖ్యాత నాట్యాచార్యుఁడగు ద్విజేంద్ర లాలు రాయిగారి ప్రశస్త నాటక భాషాంతరీకరణములును మిక్కిలి పఠనయోగ్యము లయినవి. వీరుభయులును రచిం చిన గ్రంథములనుండి పాఠకులు దేశభక్తిని, మాతృభక్తిని సేవాధర్మమును, భ్రాతృవాత్సల్యమును, సమున్నతభావము లను, భక్తిజ్ఞానములను పరిష్కృతభాషాశైలిని, గంభీరములగు

నూహలను, పరిపూర్ణమగు హృదయాహ్లాదమును బడయఁగల రనుట కెట్టి సందియమును లేదు.

సకలలోకప్రసిద్ధుఁడును, గంభీరాధ్యాత్మికపురుషుఁడును నగు శ్రీ రవీంద్రకవీంద్రుని రచనలు లోకోత్తరములు. ఆతని కృతులందుఁ గల సంపూర్ణమగు సంస్కరణద్యుతి, అపూర్వమగు నాధ్యాత్మిక తేజస్సు, అపారమగు నానంద రసపుష్టి, గంభీరమగు భావప్రౌఢిమ, సురుచిరమగు భాషా మాధుర్యము, చమత్కారపూర్ణమగు వచోవిధానము లోక మందలి నేఁటికవుల గ్రంథములలో మిక్కిలి స్వల్పముగా నవలోకింపఁ గలుగుదుము.

ఆతని హృదయమునుండి బహిర్గతమగు సర్వతోముఖ మును, సర్వజనీనమును, సర్వోత్కృష్టమును, ఐహికాముష్మిక ధర్మప్రభావభాసురమును నగు భావముయొక్క శాశ్వత్య ప్రయోజనగాంభీర్యములు వర్ణనాతీతములు. త్రికరణశుద్ధిని, విశ్వప్రేమను, దైవభక్తిని, నిగ్రహశక్తిని, ఆత్మబలధైర్య స్థైర్యములను, విపుల సారస్వతశాసన కర్తృత్వమును, సంపా దించిన రవీంద్రుని ప్రాశస్త్యమీచీఖండవాసు లెల్ల నైక్యకంఠ ముతో సంస్తుతించుటకుఁ గల కారణ మతనియందుఁ గల సర్వాంగసుందరమును, సకల దేశసమ్మతమును, సచ్చిదా నందవిలసితమును, సమున్నత గంభీరమును నగు సారస్వతో పాసనాశక్తియే.

ప్రకృతి మూర్తీభవించినచో, సంగీతసాహిత్యము లైక్యరూపమును జెందినచో నదియే రవీంద్రుఁడనుటయం దతి శయోక్తి కలుగ నేరదు. యువకు లా మహాసీయుని గ్రంథరాజ

ముల వంగాఙ్గ్లాంధ్రములం దేదేని యొకభాషయందుఁ బఠింప వచ్చును. ఆ మహానుభావుని రూపకములు, ఆఖ్యాయికలు, ఖండకావ్యములు, వ్యాసములు పఠించు యువకుల సంకీర్ణ భావపూర్ణములగు చిత్తములు విశాలములయి, సముదారములయి, సుందరములయి, దేశమాతృ గురుజన దైవభక్తి యుతములయి, విశుద్ధప్రేమసంభరితములయి, ఆత్మ సన్మానభావోద్దీపితములయి, ధర్మబద్ధములయి నిస్సంశయముగ నుద్ధరింపఁబడఁగలవు.

మానసిక వ్యాధులను నిర్మూలించుటకు సద్గ్రంథములే దివ్యౌషధములు. సద్గ్రంథావలోకనముచే భయంకరజాడ్యగ్రస్తులై యుండిన కవులెందఱో యుద్ధరింపఁబడినట్లు లోకానుభవము చాటుచున్నయది. తమ యిరుగు పొరుగునందలి నిత్య వ్యాపార వ్యవహార సంఘర్షణములను, నిరంతర మొకే విధమగు కార్యాచరణమునను విసువుఁ జెందిన యువకులు విచిత్రములగు ఘటనలతోడను, వివిధములగు వృత్తాంతములతోడను, నానా దేశ రహస్యములతోడను, పరమాద్భుతములగు వింతలతోడను నిండియుండు దేశచారిత్రాంగములగు ప్రపంచ యాత్రాగ్రంథములఁ బఠింపవచ్చును.

ఏతత్పఠనముచే యువకుల చిత్తముల కానందమును, చుఱుకుదనమును సులభముగా లభింపఁగలవు. ఇట్టి గ్రంథములు విశేషించి హూణభాషయందును, దేశీయములగు వంగ హిందీ భాషలయందును లభింపఁగలవు. ఫాహియాను భారత యాత్రయు, హుయాన్సాంగు హిందూదేశ భ్రమణమును, బర్నియరు భారతపర్యటనమును, రాజస్థాన కథా

వళియు, వీరేశలింగ విరచితమగు సత్యదేశయాత్ర, కొలంబసు యొక్క ప్రపంచయాత్ర, గల్లిబరు ప్రయాణములు మొదలగు గ్రంథములఁ బఠించుటచే నెంతటి క్లాంతహృదయున కయిన మిక్కుటమగు నుల్లాసము లభింప వాని ముఖమండలమున మృదులహాసరేఖలు కానరాఁగలవు.

చరిత్రగ్రంథములఁ బఠించువారు హాయిగ నింటఁ గూర్చుండియే క్షణమాత్రకాలమునఁ బ్రపంచముయొక్క సమస్తదేశములఁ జూచి రాఁగలరు. చరిత్రపఠనమం దభిరుచి కలవారు త్రిలింగభాషయందు లక్ష్మణరాయ కవివర్యుని హిందూ మహమ్మదీయ యుగములను, ఆంధ్రచరిత్ర చతురాననుఁడగు వీరభద్రపండితుని యాంధ్రుల చరిత్రలను, ఇటీవలఁ బ్రకటింపఁబడిన బౌద్ధమహాయుగమును, గీర్వాణ భాషయందలి ముద్రారాక్షసము, రాజతరంగిణి మొదలగు గ్రంథములను లేదా వాని కాంధ్రానువాదములను బఠించుటచేఁ దమ జీవితముల సౌఖ్యానందమయము లొనరించుకొనఁగలరు.

ఈశ్వరసృష్టియొక్క సౌందర్యమును, మానవశక్తి కసాధ్యములును, అత్యద్భుతములును నగు రహస్యములను మనకుఁ జూపింపఁగల శక్తి చారిత్రములయం దెంతేని కలదు. ప్రస్తుత ప్రపంచముయొక్క దుస్థితికిని, ఉదరపోషణార్థము దరిద్రుల హాహాకారములకును, భయంకర వ్యాధులకును సమస్త హైన్యములకును మూలకారణమయినట్టి యార్థిక దుర్దశకు హేతువులను, ధనముయొక్క మూల్యమును, ధనసంపాదనావిధానమును, తదుచిత వినియోగమును దెలియ

నభిలషించు యువకులు సంస్కృతాంధ్ర హూణసారస్వత సరస్వతియు, కవిశేఖరుఁడును నగు కట్టమంచి రామలింగారెడ్డి గారి యర్థశాస్త్రమును విలోకించు టత్యావశ్యకము.

ఒక్కొకవ్యాధికి దానితత్త్వము ననుసరించి ప్రత్యేకౌషధ ముపయోగింపవలసి యుండుచందముననే వివిధస్వభావులగు మానవుల యామోదప్రమోదముల నిమిత్తము వివిధ విషయికములగు గ్రంథములను బఠింపవలసియుండును. ఒకానొక గ్రంథకర్త తనపుస్తకమం దిట్లు వ్రాసియున్నాఁడు:—

"ఒక పురుషుఁడు పత్నీవియోగదుఃఖముచే వ్యాధిగ్రస్తుఁడయి నానాఁటఁ గృశించుచు మృత్యుదేవికి స్వాగత మొసంగ సన్నద్ధుఁ డగుచుండెను. బంధుబాంధవు లతని భయంకరదేహస్థితికి వగచి, ఔషధచికిత్స చేయింప నారంభించిరి. కాని యతని కద్దానిచే నెట్టి ప్రయోజనమును గలుగ లేదు. ఆతని బంధువులు నిరాశఁ జెంది నన్నొక సుప్రసిద్ధ వైద్యునిగఁ గర్ణాకర్ణిగఁ దెలిసి రోగిని నావద్దకుఁ గొనివచ్చిరి.

నేనా రోగియొక్క దుర్బలదేహమును బరీక్షించుటకుఁ దొలుత వాని మానసికస్థితినిగూర్చి విశేషముగు పరిశోధనము గావించితిని. నాకపు డతని యస్వస్థతకు మానసికమగు చింతయే ప్రబలకారణ మని వ్యక్తపడియెను. ఉల్లాసశూన్యతయే యట్టిభయంకరజాడ్యమునకు ముఖ్యహేతు వని గుర్తించి యుండిన నేనా రోగియొక్క సమీపమునఁ గూర్చుండి కడుఁ బ్రేమతో భూగర్భశాస్త్రముయొక్క కొన్ని విచిత్రములను, పరలోకమండలి వింతలఁ గొన్నింటిని కథారూపమున సను దినమును జెప్పసాగితిని.

పక్షము దినములలో వివిధ వృత్తాంత శ్రవణముచే రోగియొక్క హృదయమున కనూనమగు నుల్లాసము జనించి వానిని స్వస్థచిత్తు నొనరించెను. అనంతరము నేనతనికి భూగర్భ శాస్త్రములను గొన్నింటి నిచ్చి, వానిని గృహమునఁ గూర్చుండి నిత్యము పఠించుచుండవలసినదిగా నాజ్ఞాపించి పంపివైచితిని. స్వస్థచిత్తుఁడగు నతఁ డట్లొనరించి మఱి యొక పక్షములో సంపూర్ణ దేహారోగ్యమును బడసెను."

మానవ ప్రపంచమున లోచన గోచరములగుచున్న వ్యాధులలో నర్ధము మానసిక చింతాసంభూతములు. అట్టి వ్యాధుల దూరమొనరించుట కౌషధములకంటె వివిధములగు సద్గ్రంథములే యత్యంతలాభదాయకములు. సద్గ్రంథపఠనమే రోగవిమోచనమునకు దివ్యౌషధమని వచించియున్న విదేశీయ భిషగ్వరుఁ డొకఁడు స్వానుభవముచే గ్రహించియుండిన పఠనసంబంధములగు రహస్యములఁ గొన్నింటిఁ దన యొకా నొక కృతియం దీరీతి లిఖించియున్నాఁడు:—

"యువకులు సార్వజనిక గ్రంథాలయములఁ బాఠకుల సౌకర్యమునకయి గ్రంథముల పట్టికలు సిద్ధమొనరించియుండు పక్షమునఁనే తమయొద్దఁ గల గ్రంథములయొక్క నామావళిని బీరువామీఁద వ్రాసియుంచుకొనుచుఁ దమకు విశ్రాంతి కలిగినపుడెల్ల నిజాభిరుచుల ననుసరించి వలసిన గ్రంథములు దాము లిఖించియుండిన నామావళిని బట్టి పరిగ్రహించి పఠించినచో వారి మనోవ్యాధులును, చిత్తవికారములును సులభముగా నంతరించిపోఁగలవు.

భీరువాపై వ్రాసినట్టి గ్రంథనామావళియే యౌషధముల వివరణపత్రికకంటె మనకు విశేషముగాఁ దోడ్పడి, మన శోకోన్మాదములను, మనోదౌర్బల్యమును, అజీర్ణమును, తాపజ్వరమును, కామతాపమును భవతాపమును దూరమొనరించుననుట కెట్టి సందియమును లేదు. ఎప్పుడేని మన చిత్తసీమలయం దేవిధమయిన విచారదుఃఖము లుదయించి గాఢముగ నెలకొని, వెడలనడప యత్నించినను వెడలకయున్నచో మన కట్టి విషమస్థితియందు జీవితము వ్యర్థమను నిరాశాభావము మన చిత్తములందు జనించును.

నిరాశాభావోత్పత్తికిఁ బిదపనే యధైర్యభీరుత్వాదులుఁ జనించి మన నెత్తిపైఁ గూర్చుండఁ గలవు. కావున మన మట్టి స్థితి యందుఁ ద్వరితగతినే చికిత్సకుఁ గడంగుట శ్రేయస్కరము. ఆచికిత్స మంత్రతంత్రముల చేతను, ఔషధములవలనను, దైవమునను మ్రొక్కులిడుటచేతను నెఱవేఱునది కాదు. మహాపురుషులయొక్కయు, కర్మయోగులయొక్కయుఁ బవిత్రచరిత్రలఁ బారాయణ మొనరించుటయే యా లోకోత్తరమగు మహాచికిత్స.

ఆ చారిత్రములయొక్క పఠింపుటయందును, ప్రతిరోగికిని సంబంధించిన నిపద్గ్రస్తమును, దుఃఖాయత్తమును నగు దీనచారిత్రముయొక్క హీనగీతములు గాన మొనరింపఁబడి యుండుటను శోకకుఁడు విలోకింపఁగలఁడు. ఆ చారిత్రముల యొక్క పొరటలయందే దుఃఖము లొదవుచుండుటకుఁ గారణములును, వానిని నిర్మూలించుటకు సాధనములును, సౌఖ్యా

నందముల సంపాదించు కరణియు స్పష్టముగా, దృష్టాంతపూర్వకముగాఁ బేర్కొనఁబడి యుండఁగలవు."

మహాపురుషుల జీవితచారిత్రములందలి గంభీరరహస్యములను జదువరీ! నీవెఱింగియుండని కతనఁ బ్రపంచతత్త్వానుభవమును సంపాదింపలేనివాఁడవయి, కర్తవ్యసాధనపథంబున భయంకరమగు దుఃఖ మేదేని ప్రత్యక్షమయినపుడు పరమాత్మాంశముచే సృజింపఁబడిన మానవుఁడ వగు నీవు భయభీతుఁడవయి యనాథునివలె, అంగహీనునిభంగి నెత్తి బాదుకొనుచు హతాశుఁడవయి పోవుచున్నాఁడవు. అపుడు నీ కరచరణాద్యవయవములు పట్టుదప్పి పోవుచున్నవి. నీ కటిసీమ భగ్నమగుచున్నది. నీబుద్ధికి విస్మృతి జాడ్యము సంభవించుచున్నది. నీ వపుడు శిలావిగ్రహమువలె జడీభూతుఁడవయి పోవుచున్నాఁడవు.

యథార్థముగ నీ కిట్టి హీనమగు దుస్థితిని గలిగించినది నీకర్తవ్యపథమునఁ దాండవించు భయంకర దుఃఖ మెంత మాత్రమును గాదు. నీ కర్తవ్య జ్ఞానశూన్యతయే — నీ వివేచనాశక్తి రాహిత్యమే — నీ మనశ్చాంచల్యమే నిన్నట్టి దిక్కుమాలిన పక్కి నొనరించినది. నీ భయభావమే — నీ సందేహచింతనమే — నీయధైర్యమే నిన్నట్టిదుర్దశకుఁ బాల్పడఁ జేసినది. నీకు సంభవించునట్టి దుస్థితిని క్షణమాత్ర కాలములో సంభ్రమానందము లొక్కుమ్మడి పెనఁగొనునట్లు నిర్మూలించివేయఁగల దివ్యశక్తి సంపన్నమగు బ్రహ్మాస్త్రము మహాపురుషజీవిత చరిత్రపారాయణమె.

"కం. ఎఱుకగలవారి చరితలు
కఱచుచు సజ్జనులగోష్ఠిఁ గదలక ధర్మం
బెఱుఁగుచు నెఱిఁగినదానిని
మఱవ కనుష్ఠించునది సమంజసబుద్ధిన్.
—మహాభారతము

మహాపురుషుల జీవితచారిత్రముల సదా పఠించుచుండు మానవుని జీవితమునఁ దటస్థించుచుండు భయవిషాదరోగములు పటాపంచ లగుడు, వానిహృదయము నూతనానంద తేజోవిలసిత మగుటచే వాఁడు మిక్కుటమగు నుల్లాసముచేఁ గుప్పిగంతుల వేయుచుండఁగలఁడు. వాఁడు కేరింతలు గొట్టుచుఁ బూనిన పని నెల్లఁ బూన్కితో నెఱవేర్పఁ గలఁడు.

మానవుఁడే యే విషయములఁ గల గ్రంథముల నధికముగాఁ బఠింపవలసియుండునదియు వాని వ్యవసాయము ననుసరించియు, ఆర్థిక కుటుంబ స్థితిగతుల ననుసరించియు సామాన్యముగా నిర్ణయింపఁ బడుచుండును. పిట్టకథలను, నీతిసారము లేని కల్పితగాథలను, వట్టి హాస్యగ్రంథములను బఠించువారి కనుదినము తాత్కాలికానందము లభించుచున్నను వారు సాధారణదుఃఖములను, కష్టములను గాంచినంతనే భయకంపితులయి, ధర్మానుష్ఠానమున కనుగుణ్యమగు సామర్థ్యమును, భక్తి జ్ఞాన కర్మయోగబలసాధనమును సంపాదింపలేని వారలయి వ్యర్థజన్ములు కావలసివచ్చును.

గారడీవినోదమువలె, వారాంగనానృత్యాభినయగీతములవలె, విషయసేవనముకరణి నశ్వరమును, హీనమును నగు మనోల్లాసమును గల్పించు దక్కనుదేశపు కథలు, కాశీ

మజిలీకథలు మొదలగు గ్రంథములు మన మాతృభాష యందుఁ గొన్ని కలవు. మన దేశమున సామాన్యవిద్య నేర్చిన యువజనులును, విశేషసంఖ్యయందు యువతీమణులును వీనినే చదువుచుందురు.

సామాన్యముగా వేసవికాలమందుఁ బండువెన్నెల కాయు రాత్రులందు భోజనానంతరము గృహబాహ్యమున శయనించి విద్యావివేకములయందు వెనుకఁబడియున్న స్త్రీ పురుషులును, యువతీయువకులును, బాలబాలికలును వే యేల? శతవత్సరప్రాయులగు వృద్ధులును గాశీమజిలీలందుఁ గల కథలనే పరస్పరముఁ జెప్పుకొనుచుఁ బొద్దుఁ బుచ్చుచుందురు. కాంభోజిరాజు కథలు, బాలనాగమ్మ కథలు, కామరాజు కథలు - కాశీమజిలీ కథలకంటెఁ గడు హీనము లయినవి.

బేతాళపంచవింశతి, విక్రమార్కుని కథలు యొక విధముగ నీతిని, ధర్మమునే బోధించుచున్నవి. జ్ఞానము నోసంగఁజాలని కాశీమజిలీలవంటి కథాగ్రంథములఁ జదువ నభ్యసించు యువకుని చిత్తము నీతిగ్రంథములను, దేశచారిత్రములను, ధర్మగ్రంథములను, వివిధశాస్త్రములను బఠింపలేనంతటి దుర్బలమయి, విషయాసక్తమయి, క్షుద్రకల్పనాశక్తియుతమయి యుండుచుండఁగలదు. కాశీమజిలీకథలకంటె మహాభక్తవిజయమువంటి భాగవతుల జీవితములు విశేషానందదాయకములును, ప్రయోజనకరములును నయి యున్నవి.

కాశీమజిలీయందలి కథ పాఠకునకు షోడశవర్ష ప్రాయ యగు మదవతీసౌందర్యమును, సుస్నిగ్ధములును, మనోహర

ములును, చిత్తాకర్షకములును నగు తదంగప్రత్యంగములను, మోహతాపములను, విరహవేదనములను, రాజకన్యలు ధరించు వజ్రహారములను, చంద్రహారములను, చందనలేపనములను, గాఢాలింగనములను, గాఢపరిష్వంగసౌఖ్యమును, రతిక్రీడలను, రహస్యసంభోగములను, గాంధర్వవివాహములను, మన్మథుని విలాసములను, నాగ, యక్ష, గంధర్వ, కిన్నర కన్యకామణులను, స్వర్గ, మర్త్య, పాతాళ, నాగలోకములను, కల్పితములగు ననేకవృత్తాంతములను జూపుచు విషయవాంఛను, వాసనోద్రేకమును, చిత్తచాంచల్యమును గలిగించుచుండ-మహాభక్త విజయమువంటి గ్రంథములు చదువరికి దైవభక్తినుపదేశించును. జగదీశ్వరుని చిద్విలాసములను, ప్రకృతియందలి యనంతమగు సౌమ్యానందమును, భగవత్తత్త్వమును, విశ్వసౌందర్యపేమను, చిత్తశౌచప్రభావమును, తృష్ణావిసర్జన మాహాత్మ్యమును, దయాళుత్వ సహనశీలత్వముల సుధామయస్వభావమును, దిక్కులేనివారల దేవుడు కాచువిధమును, జ్ఞానవైరాగ్యములచేఁ గలుగు ప్రయోజనములను, రజ్జుసర్పభ్రాంతిని, దేహాత్మబుద్ధిని విడనాడి యాత్మతత్త్వమును దెలియు పద్ధతిని, తపస్సిద్ధిని భాగవతుల యజరామరత్వమును, నిత్యమును సత్యమును నగు నిర్వాణమును బడయు జ్ఞానపథమును, ప్రదర్శించుచు బాలకునియందు నెలకొని యుండిన విషయలోలత్వమును, దుష్కార్యాసక్తిని, దుస్సాంగత్యమును, దుర్వ్యసనములను, గాఢావివేకాంధకారమును బోఁద్రోలి వానికి జీవితలక్ష్యముయొక్క దివ్యజ్యోతిని లోచనగోచరము నొనరింపఁగలవు.

యువకులారా! మీ రీ రెండుపద్ధతులలో దేనిని సమాద రింతురో స్వయముగా నిశ్చయించుకొనుఁడు. ప్రథమపద్ధతి విషయసౌఖ్యమూలమునఁ బతనరూపమగు నరకమునకుఁ గార ణము. ద్వితీయపద్ధతి యాత్మానందకారణమయి, అభ్యుదయ స్వరూపమగు మోక్షమునకు మూలమగుచున్నది.

విచారించవలసిన విషయ మొండు వివరింపకుండుట శ్రేయస్కరము గాదు. అసంఖ్యాకములగు కల్పనలతోఁ గూడి, స్వల్ప మగు సత్యముతోఁ బ్రకాశించుచున్న పురాణములకు నంధభక్తులయిన భారతీయగ్రంథకర్తలలో విశేషసంఖ్యాకులు పవిత్రములగు తమ గ్రంథములయందుఁ బ్రకృతివిరుద్ధములును అసంభవములును నగు నంశములఁ జేర్చి తమ గ్రంథగౌరవ మును దూషితమొనరించు చుండుట శోచనీయము.

మహాభక్తవిజయాది పవిత్రగ్రంథములం దిట్టి లోపములు కానవగుచున్నవి. ఈ లోపములు సామాన్యములు గావు. లోపము లెట్టివో, వానిచే నెట్టి నష్టము వాటిల్లునో, వాని నుండి పాఠకు లెట్లు దూరముగా నుండవగునో సంక్షిప్తముగా లిఖించుట యప్రస్తుతము కానేరదు.

కబీరుదాసు భారతీయ భగవద్భక్తులలో సుప్రసిద్ధుఁడు. హిందూమహమ్మదీయ ప్రాజ్ఞప్రపంచమంతయు నీ మహానీ యుని సమాదరించినది. కబీరు హిందూమహమ్మదీయ సఖ్య తను, జాతిమతద్వేష నిరసనమును, నిరాకారోపాసనావిధాన మును, విశ్వసోదరప్రేమను, సేవాధర్మమును, అహింసాధర్మ మును దనజీవిత ముఖ్యకర్తవ్యములుగ గ్రహించియుండెను.

కబీరువంటి మహాసంస్కర్త, ప్రవక్త, ప్రేమసిద్ధాంతాచరణకర్త యతని సమకాలికులలో లేరనియే చెప్పవచ్చును.

హిందూమతమందు నాఁడు రామానందునివంటి ధర్మాచార్యు లుండియున్నను వారు కబీరువలె సర్వజనసోదరత్వము లేనివారలయి మహమ్మదీయుల ద్వేషించుచుండిరి.

మహాత్ముఁడగు కబీరుదాసుయొక్క జీవితచారిత్రమును దెలియుట ప్రత్యేకభారతీయున కత్యంతాపేక్షణీయము. భారతీయ గ్రంథకర్తల పౌరాణిక కల్పనావిశ్వాస మామహనీయుని జన్మ వృత్తాంతముయొక్క సత్యమునే మఱుగు పఱచినది.

కబీరు జీవితచారిత్రమును రచించినవారిలోఁ గొందఱు కబీరు ప్రాతఃకాలమున దివాకరుఁ డుదయించు సమయమున సూర్యప్రకాశ మండలమునుండి యొక దివ్యమగు తేజస్సు వారణాసి పట్టణమునకు దక్షిణపార్శ్వమునఁ గల పుష్కరిణియందలి వికసితకమలమునఁ బ్రవేశింప నందుండియే జన్మించియున్నాఁడని వ్రాసియున్నారు. కొందఱు రామానందుని యాశీర్వాదముచే బాలవిధవాగర్భమున జన్మించియున్నాఁడనియు, మఱికొందఱు మహమ్మదీయదంపతుల యౌరసపుత్రుఁడనియు లిఖించియున్నారు.

గ్రంథకర్తల యీ యభిప్రాయత్రయములోఁ దొలిదిగాఁ జెప్పబడినది గర్హింపఁదగియున్నది. శ్రీకృష్ణుఁడు, శ్రీరాముఁడు శ్రీ బుద్ధుఁడు, జీససు, మహమ్మదు మొదలగు మహాపురుషులు సయితము మాతృగర్భమునుండి యవతరించియుండఁ గబీరు దివాకరమండలమునుండి యూడిపడినాఁడని

ప్రాయుట యసమంజసము. జీవుఁడు మానవదేహమును ధరించినపుడు యోని ప్రవేశమునకు బాధ్యుఁడగుచున్నాఁడు.

కబీరు నిశ్చయముగా సూర్యబింబమునుండి భువి నవతరించిన లోకోత్తరపురుషుఁడను ప్రగాఢవిశ్వాసము చదువరికిఁ గలిగినచో వాఁడు కబీరుయొక్క జీవితమందలి మహత్తరములగు విషయము లన్నియు, సామాన్యజన సాధ్యములు గావనియు, లోకోత్తరములనియు భావించి, కబీరుయందలి సద్గుణములఁ దాను సంపాదింపఁబూనుట వెఱ్ఱియనియు, మూత్రాశయమునుండి భువికి వచ్చిన తన వంటి మలిన తనుధారి కబీరువంటి దేవతాపురుషు ననుకరింప యత్నించుట వ్యర్థమనియు విశ్వసింపఁ గడంగి క్రమక్రమముగాఁ దనయందు భద్రముగా నెలకొనియుండిన యాత్మశక్తిని క్షీణింపఁజేసికొనుచుండఁ గలఁడు.

మానవజీవిత సామాన్యములగు వృత్తాంతముల దృష్టాంతములుగఁ గొని బోధఁ గఱపఁబూనినచో గ్రంథకర్తలు పాఠకప్రపంచమున కెంతేని మేలొనరింపఁగలరు.

నేఁటిదనుక దేశవిదేశముల భూతవర్తమానకాలముల రచింపఁబడిన జీవితచారిత్ర నిర్మాణపద్ధతులలో గాంధీమహాత్ముని స్వీయజీవితచారిత్ర రచనావిధానము సర్వులో కాదర్శప్రాయ మయినది. మహాత్ముఁడు తన చారిత్రమునఁ బ్రకృతివిరుద్ధము కానట్టియు, సత్యయుతమయినట్టియు, సర్వస్త్రీ పురుషసాధ్యమయినట్టియు వృత్తాంతముల లిఖించి పాఠకప్రపంచముయొక్క కర్మయోగసాధన ప్రకాశమును సహస్రగుణాధిక మొనరించియున్నాఁడు.

ఆతఁడు బాల్యకాలమున లోకమందలి బాలకు లందఱి వలె నేరీతి దుర్జనసాంగత్యముచే ధూమ్రపానాది దుర్వ్యసనములకు లోనయి యుండినదియు, యౌవనమందు వివాహితుఁడయినపిదపఁ బూజ్యుఁడగు జనకుఁడు మరణశయ్యాగతుఁడయి యుండ, నిజపత్ని నిండుచూలా లయియుండ యౌవనోద్రేక సంభూతమగు కామాతిరేకముచేఁ దా నెట్లు సంభోగమునకు వ్యాకులపడుచుండినదియు, దక్షిణాఫ్రికాయం దున్నపుడు తా నొక దివసమునఁ గుపితుఁడయి భార్యను మెడపైఁ జేయి వైచి తన [illegible]సనుండి గెంటుటకు సిద్ధపడినదియు వ్రాసి యున్నాఁడు.

మహాత్ముఁడు తనజీవితము యొక్క విలాసమయమగు ప్రథమభాగమును, సజ్జనసాంగత్యపూర్వకమగు నాత్మావలోకనముచే - సత్యాన్వేషణముచే సంస్కరింపఁబడిన ద్వితీయ భాగమును, సత్యాన్వేషణానంతరము లభించిన సుస్థిరములగు నాత్మజ్ఞాన బల ధైర్య స్థైర్యములచేఁ దా ననుభవించు బ్రహ్మానందమయమగు తృతీయభాగమును స్పష్టముగా లోకమునకుఁ జాటి ప్రతిపాఠకుని యాత్మబల విశ్వాసముల వృద్ధిఁగావించి వానిని కార్యోన్ముఖు నొనరించు పవిత్రస్థితిని గలిగించి యున్నాఁడు. జరిగినది జరిగినట్లుగా సత్యము నాధారపఱచికొని వ్రాయఁబడిన మహాత్ముని స్వీయజీవితముచే లోకమునకు విశేషమగు ప్రయోజనమును, జీవితప్రకాశము (Light of life) ను లభింపఁగలవు.

కబీరును గూర్చి నుడివియున్న యస్వాభావిక మగు వృత్తాంతము చదువరి కిట్లు బోధించుచున్నది:—

"పాఠకుఁడా! కబీరు సూర్యమండలము నుండి యావిర్భూతుఁ డయినట్టివాఁడు. కావున జన్మతోడనే నీకంటెఁ గడు శ్రేష్ఠుఁడు. అతని చర్యలు దేవతలకు సంబంధించినవి. నీవేల మూర్ఖుఁడవయి వానివంటివాఁడ వగుటకు వాంఛించెదవు? నీ కిది గ్రుడ్డియాసయని తెలియుచుండుట లేదా?" అను నిరాశాద్యోతకములగు దుర్బలభావములు చదువరియొక్క యాత్మాంతరాళమునుండి వెలువడి శ్రుతిగోచరములయి వానిని గర్మయోగమునుండి పరాఙ్ముఖు నొనరించుచుండును.

శ్రీ గాంధీమహాత్ముని స్వీయ చారిత్రముయొక్క వాస్తవిక వృత్తాంత లేఖనావలోకనముచేఁ బాఠకుని హృదయాంతరాళమునం దీ వాక్యములు ప్రతిధ్వనింప నారంభించుచున్నవి.

"చదువరీ! నీ వేల మందభాగ్యునివలె హీనుఁడవై దీనుడవయి మనుచున్నాఁడవు. గాంధిమహాత్ముని లోకోత్తర పవిత్ర జీవితచారిత్రమును బఠించి, హర్షించి, ప్రశంసించినంత మాత్రముననే నీ కర్తవ్యబాధ్యత నిర్వర్తింపఁబడిన దనుకొనుచుంటివా? అయ్యో! నీ వెంతటి మూర్ఖుఁడవు? గాంధి మహాత్ముని స్తుతించుటయా నీధర్మము? అతఁ డెల్లరఁ దన వలె నాత్మావలోకనమును, సత్యాన్వేషణమును గావింపుఁ డని బోధించుచుండ వినుచుండుటలేదా?

మహాత్ముఁడును నీవలెనే యొకప్పుడు సామాన్యమానవునివలె నుండి, కామక్రోధాదులకు వశుఁడయి, ధర్మవిరుద్ధముగ వర్తించియున్నట్లు లాతఁడే తన స్వీయజీవితమున

లిఖించియుండుట జూచితివికదా ! గాంధి నిరంతరకృషిచే, దృఢసంకల్పముచే, సజ్జనసాంగత్యముచే, నాత్మపరిశోధనముచేఁ దన ప్రయత్నముననే మహాత్ముఁ డయినాఁడని యాతనిజీవిత చారిత్రమును బఠించిన నీకు వేఱుగ నుడువఁ బనియేమి !

చదువరీ ! లే లెమ్ము ! ఆలసింపకుము. నీయందుఁగల సమస్తవ్యసనముల నిర్మూలించివేయుము. మహాత్ముని యందుఁ గల సద్గుణపుంజముల సముపార్జింప సదా యత్నశీలుఁడవయి బద్ధకంకణ హస్తుఁడవయి, తత్పరమతివయి యుండుము. నీ వవశ్య ముద్ధరింపఁ బడుదువు. మహాత్ము లాకాశమునుండి యూడిపడుదు రని భ్రమింపకుము. నీవంటివారే మహానుభావు లగుచున్నా రని విశ్వసించుము.

దేశచారిత్రము గాని, తదంతర్భాగమగు పుణ్యజన జీవితచారిత్రముగాని సత్యవిరుద్ధమగుచో మానవలోకమున కంతగా శ్రేయోదాయకములు కానేరవు. విద్యార్థులు తాము పఠించు నీతిప్రధానములగు గ్రంథములయం దెచ్చోటనేని ప్రకృతి విరుద్ధాంశములు కాననగుచో వానిని విడిచివేయ వచ్చును.

ఎల్లప్పుడు నీతిశూన్యములును, జ్ఞానరహితములును నగు కథావళులఁ జదువుచుండువాని యధరములపై క్షణమాత్ర కాలము మృదుల హాసచంద్రికలు తాండవించుచుండు నేగాని వానికి లోకానుభవ జ్ఞానమును, మనోవికాసమును, దృఢ సంకల్పశక్తియు, జీవితలక్ష్యమును సాధించు బలమున సుంతయు లభింపఁజాలవు.

ప్రతి పాఠకుఁడు నంతఃకరణముయొక్కయు, అద్దాని సమస్తశక్తులయొక్కయు, జ్ఞానము యొక్కయు, బూర్ణవికాసమే గ్రంథావలోకనముయొక్క ముఖ్యోద్దేశ్యమయి యుండవలయు ననుట గుర్తెఱుంగఁ దగును. పఠనముచే వికసించినట్టియు, సంస్కరింపఁబడినట్టియు నాత్మశక్తులను మానవుఁడు తన కవసరమైనప్పుడెల్ల స్వప్రయోజనార్థ ముపయోగించుకొని, ప్రపంచమున సుఖమయ జీవితమును గడపఁగలుగుచున్నాఁడు.

దూరదృష్టి లేక సదా గ్రంథసాగరముయొక్క యొకే భాగమున సంచరించుచుండు మానవాంతఃకరణము విశేషముగ జ్ఞానానుభవముల సంపాదింపలేనిదయి స్వర్గీయసౌఖ్యానందముల మానవునకుఁ గూర్చిపెట్టుటయం దసమర్థమగుచున్నయది. చదువరి ధర్మజ్ఞాన సదాచారములకు విరుద్ధములు కాని వివిధ విషయ ప్రధానములగు గ్రంథములఁ జదువుచుండినఁగాని మేధావంతుఁడు కాఁజాలఁడు. ప్రతిపాఠకుఁడును విచక్షణాశక్తికిని, కల్పనాశక్తికిని గలట్టి గాఢబాంధవ్యసూత్రమును గ్రహింపఁ దగును.

అశ్లీలతంగి కల్పనాశక్తికి హాని నొదవఁజేయునట్టి వివేచనాశక్తియొక్క యపూర్వాభ్యాసమును-వివేచనాశక్తిని క్షీణింపఁజేయునట్టి కల్పనాశక్తియొక్క వ్యవహారమును మనుజుఁడు విసర్జించు టవసరము. ఏ పాఠకుఁడేని విచక్షణాశక్తియొక్కయు, కల్పనాశక్తియొక్కయుఁ బరస్పర విరుద్ధమగు వ్యవహారమునకుఁ గడంగినచో వాని యంతఃకరణము

యొక్క స్వాభావిక చైతన్యము మందగించిపోవుట తటస్థించును.

అంతఃకరణవికాసమునకును, జ్ఞానాభ్యుదయమునకును ముఖ్యకారణభూతములగు నీ రెండు శక్తులును సంగీత గానమందలి మృదంగతాళవాద్యములసరణి కేమాత్రము భేదము లేక సమముగా నుండు టావశ్యకము. సంగీతస్వర నాద ప్రకటనమునకుఁ దొలుతఁగాని పిదపఁగాని దానితో మేళగింపవలసిన యే వాద్యముయొక్క ధ్వనియుఁ బొరపాటుచే వెలువడిన శ్రోతలు గానసభామాధుర్యము ననుభవింపఁజాలరు.

అంతఃకరణ వికాస మాధుర్యము ననుభవింపఁగోరు ప్రతి పాఠకుఁడును దన కల్పనావివేచనశక్తులఁ దుల్యస్థానమందును, సమప్రయోగమందును విన్యసింప యత్నించుచుండవలయును. వస్త్రములఁ విక్రయించుకొను వ్యాపారి సదా తన వస్త్రవిక్రయశాల కేతెంచువారితోడ నవిరామముగ వస్త్రములనుగూర్చియే సంభాషించుచున్న వినువారెల్లరు విసువుఁజెంది వానినుండి నిరంతరము దూరముగాఁ దొలఁగియుండుటకే యత్నించుచుండఁగలరు. కారణమేమి? మనుష్యుఁడు తన జీవితకాలమునంతయుఁ దన మానసముయొక్క ప్రకృతిసిద్ధములగు వివిధప్రవృత్తుల నొక్కయభిరుచిచేఁ బ్రసన్న మొనరింపఁజాలఁడు.

మనగృహమందు మనకుమారుని కెంత వాత్సల్యముతో స్నేహానురాగములతో రుచికరమగు నొకేవిధపు శాకము నన్నముతోఁ బ్రతిదినము వడ్డించుచు వచ్చినఁ

గొంతకాలమున కా మధురమును, రుచికరమును నగు శాకమే జిహ్వకు వెగటుఁ బుట్టింప నతఁ డమ్మా! ఇదిగాక మఱొక్క కూరను నాకు వండిపెట్టవా? ఎల్లప్పు డొక్కటే కూర నారగించుటచే నా నాలుకకు రుచిని గ్రహించుశక్తియే లేకుండఁబోయినది. ఈ కాననగు విశ్వమందు దయామయుం డగు సర్వేశ్వరుఁ డనేకములగు వృక్షజాతులను, దివ్యములగు నోషధులను, ఫలపుష్ప కందమూలములను మానవుని శరీరారోగ్యము నిమిత్తము సృజించియుండ నీ వేల నా రసనేంద్రియమున కవసరము లయినట్టియు, రజస్తమోగుణ శూన్యము లయినట్టియు నభిరుచుల నిత్య మేకశాక ప్రదానముచే నశింపఁజేసివై చెద వని తప్పక ప్రశ్నింపఁ గలఁడు.

అనేకవిధములగు నాహారముల భుజించుచుండినఁగాని మానవదేహము సర్వాంగసుందరముగ వృద్ధి నందనేరదు. ఆహారములందుఁ గొన్ని క్రొవ్వునొసంగుచున్నవి. మఱికొన్ని మాంసమును వృద్ధిఁ గావించుచున్నవి. ఇంకఁ గొన్ని రక్తమును, వీర్యమును బోషించుచున్నవి. కొన్ని జలమును, లవణమును, పిష్టసారమును గలిగించుచున్నవి. ఇవియన్నియు దేహమునఁ జేరినఁ గాని మానవుఁ డారోగ్యవంతుఁడయి ప్రశాంతముగ జీవింపఁ జాలఁడు. ఏ పదార్థము కొఱవడినను స్వస్థతకు భంగము కలిగి తీరును. ఇయ్యది స్థూలదేహపోషణ సంస్కరణములఁగూర్చి చెప్పఁబడినది.

ఇదియేచందమున నంతఃకరణమును, జ్ఞానేంద్రియములను ప్రధానముగాఁ గలిగియున్న సూక్ష్మదేహపోషణ సంస్కర

ణముల నిమిత్తమును వివిధతత్త్వోపేతమగు జ్ఞానాహార మపేక్షణీయమై యున్నది. సర్వాంగసుందరమును, సర్వతో ముఖమును నగు జ్ఞానపరిగ్రహణముననే మానవాంతఃకరణ మపూర్వ వికాససంపన్నమయి సౌఖ్యానందసంధాయకము కాఁగలదు.

సందర్భానుసారముగ దృశ్యశ్రవ్యకావ్యముల రస ప్రయోగము సుందరమై రాణించునుగాని సందర్భదృష్టిలేక కవి కావ్యప్రారంభమునుండి యవసానపర్యంతము నొక్కర సము నుపయోగించుచు వచ్చినయెడల వాని మనోహర మగు నితివృత్తము, పాత్రపోషణము, భావౌచిత్యము, పద లాలిత్యము, సారస్వతప్రతిభ మొదలగు కావ్యలక్షణము లన్నియుఁ బాఠకుని కోమల హృదయమునకుఁ దీక్ష్ణకంట కములవలెఁ గ్రుచ్చుకొను ననుటయం దబ్బుర ముండ నేరదు.

ప్రాణములకంటెఁ బ్రియతముండగు నభిమన్యుకుమా రుని గోల్పోయి విలాపమొనరించుచున్న ధనంజయుని దుఃఖ రససాగరమునుండి సముద్ధరింప వీరరసము ప్రయోజనకర మగుఁగాని - హాస్యరసముగాని, శృంగాररసముగాని యుప యోగపడుటెట్లు? అదియేచందమున మానవుని చిత్తప్రవృత్తి ననుసరించియే పాఠ్యవిషయ ముండుటయు నావశ్యకము.

అనుభవసంపన్నుఁ డగు నొక నీతిశాస్త్ర ధురీణుఁ డిట్లు నుడివియున్నాఁడు :—

"వ్యసనాయాసంబంధమగు పఠనమందే దత్తచిత్తుఁ డయియుండి సంస్కరణశిక్షవైపునకు నిజమానసికదృష్టిని బ్రస రింపఁ జేయనట్టి మనుష్యుఁడు వ్యవసాయ శాస్త్రమం దెట్టి

నిపుణుఁడయి యున్నను దోషశూన్యమగు ననుభవమందు హీనుఁడగుటచే వాఁడా వ్యవసాయశిక్షయొక్క సంపూర్ణ జ్ఞానము లేనివాఁడనియే చెప్పవలసివచ్చును.

ఆతఁడు వ్యవసాయశాస్త్రముయొక్క నియమావళి యందు ముఖ్యాంగ మగు నొకదాని నభ్యసింప మఱచిపోవు చున్నాఁడు. ఆతఁడు మానవునియొక్క స్వాభావికప్రవృత్తుల కును, వివిధభావములకును వ్యవసాయముతోడ విశేషమగు సంబంధము స్వభావసిద్ధమయి యుండుటను గుర్తెఱుంగ కున్నాఁడు. న్యాయవాదవృత్తియు వ్యవసాయముయొక్క యొక యంగమే. మానవజీవితోపాధికి మూలమగు ప్రతి వృత్తియు వ్యవసాయ మనఁబడుచున్నది.

న్యాయవాదవృత్తిని గూర్చి విచారించిన నంతకంటె విశేషమగు కృత్రిమమును, కుత్సితమును, వ్యర్థాడంబర సమ న్వితమును, భావుకతాశూన్యమును నగు వేఱొక వ్యవసాయ ముండనేరదు. న్యాయవాది తన వ్యాపారముతోడ మనుష్య జాతియొక్క స్వత్వములకును, వాని స్వాతంత్ర్యాది సంపదల కును ఘనిష్ఠమగు సంబంధము కలదని గ్రహింపవలసి యున్నది. ప్రతిన్యాయవాదియుఁ బ్రపంచముయొక్క సమస్త విషయములఁగూర్చి కొలఁదిగనో, గొప్పగనో నిర్దోషమగు నను భవమును సంపాదించియుండుట న్యాయశాస్త్ర సిద్ధాంతముల నెల్లఁ గంఠస్థ మొనరించుటకంటె నావశ్యకమును, శ్రేష్ఠమును నయియున్నదని గ్రహింపఁ దగును.

విద్యయొక్క యేకాంగమందే సదా నిరతుఁడయి యుండు వ్యక్తి తదంగమునం దయిన సంపూర్ణపరిజ్ఞాన

దక్షుఁడు కాఁజాలఁడు. కారణమేమన విద్యయొక్క వివిధాంగములును బరస్పర సంబంధబద్ధములయి, పరస్పరాశ్రితములయి సహజముగా నొప్పుచుండును. తన జీవితకాలమునంతయు వ్యాకరణ శాస్త్రసూత్రముల వల్లించుటయందే గడపివైచు వ్యక్తియొక్క మేధాశక్తి, విషయగ్రహణ సామర్థ్యము క్రమక్రమముగా స్తంభించి పోవుచున్నవి.

అట్టిచో వానివిద్యాబుద్ధులును క్షణక్షణము మందగించి పోవుచుండఁగలవు. ఏవిషయమును గూర్చియుఁ జింతింపక, సదా యొకే విషయమందు సంలగ్నచిత్తుఁడై యుండు మానవుని విశ్వము మూఢునిగా భావింప నుపక్రమించును. అట్టివాఁడీ విశాలమగు విశ్వప్రకృతి రంగమునం దొక విచిత్ర జీవజంతువువలె సంచార మొనరించుచుండఁగలఁడు. జలయానముపై భూపరిక్రమ మొనరించు మానవుఁ డనేకములగు రేవుస్థానముల విశ్రాంతి నిమిత్తముగాని, భోజన సామగ్రి నిమిత్తముగాని సోపానతరణము నవశ్యము గావింప వలసి యుండును.

ఈ విషయముల నెల్ల నెఱింగి యువకులు దీర్ఘకాలము కేవిధములగు గ్రంథములఁ బఠించుటచేఁ బ్రయోజనము కలుగునని భ్రమింపక, సందర్భానుగుణ్యముగ జ్ఞానమునే లక్ష్యముసం దిడికొని పవిత్రములగు నానాగ్రంథముల నవలోకించుచుండుట శ్రేయస్కరము. ప్రతియువకుఁడును మనుష్య జీవితమునకు సంబంధించిన ప్రతివిషయమునుగూర్చి యవసరమైనంతవఱకు జ్ఞానానుభవముల సంపాదించు టావశ్యకము.

అపుడే యతఁడు సంపూర్ణమగు మనుష్యత్వమునకుఁ బ్రాపింపఁగలఁడు. సమస్తవిషయ పరిజ్ఞాన సంపాదనాతత్పరుఁడు కాంక్షితవ్యవసాయమందు వ్యస్తము గానట్టి దక్షతను సంపాదించి స్వీయజీవితమును సార్థకమొనరించుకొను టుచితము. ఇట్లాచరించు మానవుఁడు భావసంకీర్ణత యను పెనుభూతమునుండి సంరక్షింపఁబడి సంపూర్ణముగా నుద్ధరింపఁబడఁగలఁడు.

సారాంశ మేమనఁగాఁ బ్రతిమానవుఁడు తన వృత్తివిద్యతోఁబాటు మనోరంజనమునకును, మనోవికాసమునకును, విజ్ఞానప్రాప్తికిని, సక్రమ జీవిత విధాన నిర్వహణార్థమును వివిధకళా పరిజ్ఞానమును, విద్యాకుశలత్వమును సంపాదింపవలయును. లేనిచో మనుజుఁడు చైనాదేశీయునివలె నేకాంగ ద్రష్టగ జీవింపవలసివచ్చును.

చైనాదేశీయులు భూగోళముయొక్క చిత్రపటమునఁ దమ సామ్రాజ్యముయొక్క చిన్నిచిన్ని పల్లెల నామములసైతము వ్రాసియుంచి ప్రపంచముయొక్క తదితరములగు విఖ్యాత భూభాగముల స్థానమున నజ్ఞాత మరుభూమియనియు, దూరదేశమనియు, విదేశమనియు లిఖియించుచుండు దురభ్యాసమున వారు తమసామ్రాజ్య భూగోళజ్ఞానము నార్జింపఁ జూతురే కాని, ప్రపంచభూగోళము వైపునకుఁ దమ దృక్కులఁ బ్రసరింపఁజేయ నొల్లరు.

పాఠకు లీచందముననే వర్తింపక, వృత్తిమూలక మగు విద్యతోడనే మనస్తృప్తిని జెందియుండక ప్రకృతిశాస్త్రము

యొక్క నానాకళాభ్యాసమునకును, సారస్వతముయొక్క వివిధ విభాగ పరిశీలనమునకును గడంగు టుచితము.

వృత్తివిద్య నార్జించుటయందే జీవితమంతయుఁ గడచి పోవుచున్నదనియు, మోక్షమునకును, హృదయాహ్లాదమున కును మూలమగు విద్య నార్జించు టెట్లు పొసఁగుననియు సోమ రులగు యువకులు కొందఱు నుడువుచుండగా నాలకించి యుంటిని. ఉత్కటమగు వాంఛ యెచ్చోటఁ గలదో, అట నుండియే కావలసినంత యవకాశమును లభింపఁగలదు.

"సుఖార్థినః కుతో విద్యా ? నాస్తి విద్యార్థిన స్సుఖం,
సుఖార్థీ వా త్యజే ద్విద్యాం విద్యార్థీ వా త్యజే త్సుఖం."

—మహాభారతము.

"సౌఖ్యార్థికి (శ్రమఁజేయ నిచ్ఛగింపనివాఁడు) విద్య యెక్కడ ? విద్యార్థికి సౌఖ్య మెక్కడ ? సుఖము వలయుచో విద్యను వదలుకొనవలయును. విద్య వలయుచో సుఖమును వదలుకొనవలయును."

యువకు లెంతయో శ్రమఁజేసి వివిధవిషయపరిజ్ఞాన మును సంపాదింతురేని తమజీవితమును సార్థక మొనరించు కొనఁగలరు.

భిన్నగుణములను గలిగియుండు యాహారమును మానవుఁడు భుజింపక సదా వట్టి వరియన్నముఁనే భుజించుచున్నచో వాని దేహము వ్యాధిగ్రస్తమగును. శరీరముయొక్క గ్రంథులు సడలిపోవును. అవయవముల పటుత్వము క్షీణించును. నరములు బలహీనము లగును. స్నాయువులు శుష్కించును. కండరములు

వట్టిబోవును. కరచరణాద్యవయవములు కదలనేరవు. రక్తము దూషితమగును. తేజస్సు నశించును. క్రమముగ దేహము యొక్క చైతన్య ముడిఁగిపోవును.

శరీరముయొక్కస్థితి ననుసరించియే యాత్మదశయు నించుమించుగాఁ బరివర్తనమగును. శిథిలగృహమం దధివసించు మనుజుఁ డెట్లు సుఖం బుండనేర్చు? ఆత్మ యను జీవికి నివసింప కాయమే సదనంబుగ నుండుచున్నదికదా! శరీరమునకు భిన్న భిన్నాహార పదార్థములు లభించినపుడే యంతఃకరణము సశక్తమయి వికాసస్ఫూర్తిచేఁ జెన్నారుచుండఁగలదు. వివిధగ్రంథములఁ జదువుచుండుట యాత్మ వికాసమునకు ముఖ్యమగు కార్యము. కాని గ్రంథములను బఠించుటయందు విద్యార్థి వివిధములగు పద్ధతుల నవలంబింపవలసియుండును. గ్రంథముల నన్నింటి నొకేరీతిగఁ బఠింపవలనుపడదు.

"Some books are to be tasted, others to be swallowed
And some few to be chewed and digested" —Bacon.

"If a book is worth reading, it is worth buying"

—Ruskin.

You will find that most books worth reading
Once are worth reading twice."

...John morley.

"కొన్నిగ్రంథములు చవిఁజూడఁదగియున్నవి. ఇతర గ్రంథములు మ్రింగఁదగియున్నవి. స్వల్పసంఖ్యాకములగు గ్రంథములు మాత్రమే నమలి జీర్ణింపఁ జేసికొనఁదగియున్నవి."

-బేకను.

"పఠనయోగ్యమగు గ్రంథము వెలకుఁ గొనఁదగిన సర్వస్వమయి యున్నది." —రస్కిను.

"చాల గ్రంథములు యొకసారియే చదువఁదగియున్నట్లును, మరికొన్ని రెండుపర్యాయములు పఠింపఁదగియున్నట్లును నీవు తెలియఁగలవు." -జానుమోర్లే.

ఆంగ్లేయ విద్వాంసులు వచించిన విషయము యథార్థము. ముద్రింపఁబడిన గ్రంథములన్నియుఁ బఠనయోగ్యములని వచింప వలనుపడదు. నేఁటాంధ్రభాషయందు ముద్రితములయిన గ్రంథములలో మానవజీవిత శ్రేయస్కరము లయినవి నూటికి యిరువదికంటె నధికము లభింపఁజాలవు. ఆ యిరువది గ్రంథములలో నీతివిరుద్ధములుగాని సాంఘికాఖ్యాయికలు, చారిత్రాత్మకాఖ్యాయికలు, సాంఘిక ఐతిహాసిక నాటకములు రుచిచూడఁదగి యున్నవి.

విమలాదేవి, రాయచూరుదుర్గము, మాతృమందిరము, నోరా మొదలగు గ్రంథము లొకతూరి చదువఁదగియున్నవి. లోకమాన్యుని గీతారహస్యమందలి సమస్తవిషయములను నెమలి జీర్ణింపఁజేసికొనఁదగియున్నవి. దేశచారిత్రములు, సత్కావ్యములు, ప్రకృతిశాస్త్రము లొకటికి రెండుమూఁడు పర్యాయములు చదివినను పాఠకునకు విశేషప్రయోజనమునే కలిగింపఁగలవు.

సద్గ్రంథపఠనముచే నంతఃకరణముయొక్క సకలవృత్తుల యభ్యాస మభివృద్ధిఁ జెందును. అందుచే బలోత్సాహములు వృద్ధిఁగాంచి, ఆవశ్యకతానుసారముగ మానవునకు

జీవితకాలమున శాంతిసైన్థ్యము ననుభవింప లభింపఁగలదు. యువకులు తమచిత్తములకు నవీనమగు చైతన్యమును, ఉత్తేజనమును బఠనముచేఁ గలిగించుచుందురుగాక !

సద్గుణసంపన్నుఁడగు నిపుణచిత్రకారుఁడు మనోహారములగు నవ్యచిత్రములఁ జిత్రించి, తన చిత్రశాల యొక్క సౌందర్యమును బెంపొందింపఁ జేసికొను విధంబుననే యువకులు పఠనముచే దేశచారిత్రములు, సత్కావ్యములు, మహాపురుషుల జీవితములు, ఆదర్శ సతీజీవితములు, నీతి గ్రంథములు, ధర్మగ్రంథములు మొదలగు వానినుండి సర్వోత్కృష్ట ధర్మకర్మజ్ఞాన దృష్టాంతరత్నముల సేకరించి వానిచేఁ దమ హృదయమందిరముల శృంగారించుకొనుట మంచిది.

ఉత్తమ గ్రంథపఠన సంప్రాప్తములగు దృష్టాంతములను, విచిత్రఘటనలను, మహత్తరవిషయములను స్మృతి పథమునం దిడికొని వాని వివరముల గూర్చి ధ్యానపురస్సరంబుగఁ బ్రశాంత మానసముతో విచారింప నుపక్రమించినచో నా మహావిషయములందలి సారమును, నీతియుఁ బాఠకుని హృదయకోశమున జీర్ణింప వాని జీవిత మెంత మనోహరమును, భవ్యమును, దివ్యమును, సౌఖ్యదాయకమును నయి తనరారఁగలదో నే నభివర్ణింపఁజాలను.

పాఠకులు తా మెన్నివిధములగు నుత్తమగ్రంథముల సభక్తికముగ, నిశ్చలచిత్తములతోఁ బఠింతురో వారి స్మృతిపథములం దన్నివిధములగు సుందరభావచిత్రములు

సాక్షాత్కరించి వారి హృదయముల కతీయ స్వర్గీయ సౌఖ్యానంద పీయూషధారలఁ బ్రసాదింపఁగలవు.

యువకులు భిన్నభిన్న జాతులయొక్క సమగ్రేతిహాసము, శ్రేష్ఠమానవులయొక్క జీవితవృత్తాంతములను, కవికుమారులయొక్క యపూర్వాభినవసృష్టిని, యాత్రికులయొక్క దేశ విదేశ వినోదావలోకనములను, అన్వేషకులయొక్క పరిశోధనా రహస్యములను, వైజ్ఞానికులయొక్క విచిత్రానుసంధానములను, గ్రంథమూలమునఁ బరిశీలించుటచే ననేక విధములగు రుచులను, మనోహర దృశ్యసందర్శన సంజనితానందాతిరేకమును బడయఁ గలుగుచున్నారు. చదువరి వేదవ్యాసునిచేఁ గావ్యసృష్టియందు సృజింపఁబడిన మహాత్ముఁడును, బాలబ్రహ్మచారియు నగు భీష్మపితామహుని రథము నారోహించి పాండవ చమూంవాహినిపై ననివార్య బాణవృష్టిని గావించుచు, శత్రుసైన్యముల గుండెల ద్రయ్యఁజేయుచు నుండఁ గాంచి సంభ్రమానందములఁ దేలియాడఁగలఁడు. అనంతర మా పాఠకుఁడే గాంగేయుని నిశిత శరశయ్యాగతుఁడయి యుండి ధర్మనందనునకు మహాశాంతప్రకాశ భాసురమగు ముఖారవిందముతో బ్రహ్మర్షివలె వాత్సల్య పూర్వకముగ రాజధర్మములను బోధించుచుండుట విలోకించి చకితుఁడయి పోఁగలఁడు.

పఠనముయొక్క ప్రభావముచే యువకులు గతించిన కాలమును నయితము ప్రత్యక్ష మొనరించుకొన సమర్థులగుచున్నారు. వారు కోరినపు డెల్ల దేశభక్తియొక్కయు, వాస్తవిక పరాక్రమముయొక్కయు, సజీవచిత్రముం గాం

కింపఁ గలుగుచున్నారు. నేఁటికి రమారమి మూఁడువందల సంవత్సరముల కాలము గతించినది. నాఁడు శ్రావణమాస సప్తమి. ప్రభాతకాలము. బాలభానుని కిరణప్రకాశ మెల్లెడల వ్యాపించియుండెను. పవిత్ర క్షాత్రతేజోవిభూషితులును, అనక్ర పరాక్రమ ధనులును, మాతృదేశారాధకులును నగు మేవాడు పట్టణవాసులగు రాజపుత్రులెల్లరు "జన్మభూమియే మాకు స్వర్గము. దేశమాతయే మాపాలిటి మహాలక్ష్మి. దేశపారతంత్ర్యమే మాకు నరకము. స్వాతంత్ర్య ధర్మసమరమునఁ బ్రాణవిసర్జనమే వీరస్వర్గ" మని గంభీరముగ గర్జించుచుఁ దమస్వేచ్ఛాపహరణచోరుఁడగు నక్బరు సార్వభౌముని చతురంగ బలములతో ఘోరముగఁ బోరుసలుప భయంకరసంగ్రామ రంగమునకు లంఘించుచుండిరి.

సార్వభౌముని లెక్కింప శక్యముగాని సైన్యములు మానసింహుని యాధిపత్యమున మేవాడు నగరమును ముట్టడించియుండెను. సంపదలకును, సౌఖ్యములకును గాపురమగు తమపురము శత్రుహస్తగతమయి పోవునను భీతిచే క్షత్రియులెల్లరు నిశితకృపాణపాణులై దుర్గమును భేదించు మహామ్మదీయయోధుల డీకొనుచుండిరి. ప్రతి రాజపుత్రుఁడును, వనితయు, బాలబాలికలును తుదకు వృద్ధులును రోషకషాయిత చిత్తులయి, క్రోధారుణిత నేత్రులయి ప్రచండాగ్నిస్ఫులింగముల నయనములనుండి రాల్చుచు, సూర్యవంశ యశశ్చంద్రికను దూషితమొనరింప సన్నద్ధుఁడయిన మొగలు సార్వభౌముని పీచమడంప వీరరసోద్రేకముచే నున్మత్తప్రాయులై, తోఁకద్రొక్కిన త్రాఁచులపగిది బుసఁగొట్టుచు

వివిధాయుధముల దాల్చి మేవాడు దుర్గోపరిభాగము యొక్క చతుర్దిశలఁ దిరుగాడుచుండిరి.

వారి యారాధ్యదేవుఁడగు రాణాప్రతాపసింహుఁడు మూర్తీభవించిన వీరరసమో లేక రుద్రుఁడో యను భ్రాంతి చూపరులకుఁ గలుగుచుండ నగరముయొక్క చతుర్దిక్కులను గాపాడుచున్న సైన్యమునం దెల్లెడలఁ దానెయయి విహరించుచుండెను. భూమి యీనినదో యన్న చందమున నున్న మొగలుసైన్యమును గాంచి, ధీరులయి, గంభీర భూధరముల మాడ్కి నిశ్చలహృదయులయి, శాత్రవ రక్తపిపాసార్తులయి యుండిన మేవాడు రాజపుత్రుల శౌర్య ధైర్య గాంభీర్య పరాక్రమాదులు కేవలంగదు ప్రశంసనీయములు. అట్టి వీరరసాభిభూతమగు దృశ్యమును సులభముగాఁ జూడఁగల భాగ్యము చదువరులకు లభింపఁగలదు.

రాజపుత్రస్థానచారిత్రమందలి నృత్యములగు వృత్తాంతములఁ బఠించినపుడు యువకు లెట్టి యానందము ననుభవింపఁగలరో స్వానుభవముచేఁ దెలియనగుఁగాని శబ్దములచే బోధపడదు. యథార్థమగు విద్యానురాగి స్వపరహితముల నపేక్షించియే స్వార్థపరమార్థముల నిమిత్తము జ్ఞానమును సముపార్జించుచున్నాఁడు. ఆతఁడు విద్యానులబ్ధమగు సుజ్ఞాన సాధనముచే నీశ్వరదత్తములగు స్వాభావికశక్తులను, సంపదల సంస్కరణ పోషణములను గావించుకొనఁ జూచుచుండును. బ్రహ్మానందమే — దుఃఖవిస్మృతియే — కష్టనిష్ఠురాపహరణమే వాని జీవిత లక్ష్యాంగములు.

అట్టి పాఠకుఁడు పడయు ప్రయోజనములను గూర్చి చీటికిమాటికి వచించుచుండుట చర్విత చర్వణ మగును. సుప్రసిద్ధ నీతిశాస్త్రవిదుఁడగు బేకను మహాశయుఁ డిట్లుపదేశించుచున్నాఁడు:—

"మానవుఁ డెపుడును ఖండన మండన ముండనముల నిమిత్తమును, వ్యాపారము కొఱకును, వివిధములగు చిత్రములఁ దెలిసి మిత్రులకుఁ జెప్పి యూరకే నగుచుండుట కొఱకును, గ్రంథావలోకన మొనరింపరాదు. సద్బుద్ధి వివేకముల సంపాదనమే పఠన లేఖన శ్రవణ మనన ధ్యానముల యొక్క ముఖ్యలక్ష్యమయి యుండవలయును.

> "Reading maketh a full man
> Conference a ready man
> And writing an exact man." Bacon.

"పఠనముచే సంపూర్ణత్వమును, సభాసమాజములఁ బ్రసంగించుటచేఁ దత్పరత్వమును, లేఖనముచే యథార్థతయు మనకు సిద్ధింపఁగలవు."

స్వల్పలేఖనాశక్తి యుతుఁడగు మానవునియందు ధారణాశక్తి యల్పముగా నున్నదనియు, అనర్గళముగఁ బ్రసంగింపఁజాలని మనుజునందు బుద్ధి లోపించియున్నదనియు, విశేషముగఁ బఠంపలేని వ్యక్తియందుఁ బ్రావీణ్యమును, వివేకమును గొఱవడి యున్నవనియును మనము గ్రహింపవలయును.

సంభాషణము, ప్రసంగము, లేఖనము విశేషప్రయోజనకరములు. ప్రసంగము వ్యవహారదక్షులగు పురుషులకుఁ

ప్రాయికముగా గ్రంథమువలెఁ దోడ్పడుచుండఁగలదు. కాని విద్యానురాగియగు ప్రతివ్యక్తియుఁ దన్నుఁ ద్రికాలముల యొక్క పురుషోత్తములకు, విద్వద్వరేణ్యులకు, సత్కవిశేఖరులకు సమకాలికు నొనరించునట్టియు, తన్ను సమస్తజాతుల యొక్క భావాగారమునఁ బ్రవేశపెట్టఁగలట్టియు, గణనాతీతములగు శతాబ్దములకుఁ దొల్లింటి మహాత్ము లనుష్ఠించి యుండిన సత్కర్మలయొక్క సత్ఫలభోగమునకు భాజను నొనరించునట్టియు, కర్మయోగులచేఁ జిరకాలసంచితమగు జ్ఞాన భండారమును దన స్వాధీనమొనరించునట్టియుఁ బఠన మను మహామంత్రము నవశ్య మభ్యసింపవలసియున్నది.

మానవునియొక్క సమస్తకర్తవ్యముల సక్రమానుష్ఠాన విధానము జ్ఞానముచేఁ బ్రాప్తించుచున్నది. జ్ఞానము లోక మందలి సమస్తవిషయములకు మూలాధారమయియున్న సర్వోత్కృష్టమగు పదార్థము. అట్టి పవిత్రమగు జ్ఞాన భండారమునకు ద్వారము పఠనము. పఠనముయొక్క స్వభావ స్వరూపాదు లెట్టి వను సందేహము యువకుల స్వాంతమం దొదవవచ్చును.

యువకుఁ డుద్దేశ్యశూన్యుఁడయి, త్వరపడి తత్తర లాడుచు గ్రంథముల పుటలఁ ద్రిప్పుట నాదృష్టియందుఁ బఠన మనఁబడదు. స్త్రీపురుషులయం దనేకులు మానవ ధర్మములలోఁ బఠనము నొక ముఖ్యధర్మముగ భావింపక, దానికయి ప్రత్యేకమగు సమయము నేర్పఱచికొనియుండక, సావకాశము లభించినపుడు శ్రద్ధాశూన్యులయి, మనశ్చాంచల్యమును గలిగియుండియే యేదోయొక పొత్తము నందుకొని

కూనరాగిములఁ దీయుచు, నికిలించుచు, సకిలించుచు, అట నటఁ గండ్లఁబడిన నేవో కొన్ని వాక్యములఁ జదువుచు, పొరటల బిరబిరఁ దిరుగవేయుచు, గ్రంథము నంతయు సాంగోపాంగముగఁ జదివివైచినవారివలె నొక మూలను జీపురుకట్టనువలెఁ బాఱవేయుచుందురు.

నేఁడు సామాన్యమానవసంఘమున వాడుకయందున్న పఠనవిధాన మిదియ. ఇయ్యది పఠనముయొక్క యే భాగము నకును వర్తించునది కాదు. చపలచిత్తులయందు నెలకొని యుండు తలతిరుగుడురోగ మిదియే యని నావిశ్వాసము. అధ్యయన మన నేకాగ్రచిత్తముతో యువకుఁ డనన్యమనస్కుఁడు గాక మాస్తమండలి గ్రంథస్థములగు సమస్తవిషయములనవగాహనముఁ జేసికొనుచు, స్థిరచిత్తముతో సక్రమముగ, విచార పూర్వముగ సకలాంశముల మననముఁ జేయుచు మంచివాని నెల్లహృదయ పేటికయందు భద్రపఱచికొనుచుండుటయే సుడీ! గ్రంథపారాయణ మొనరించు బాహ్యత నేత్రములపై కంటె మానవుని చిత్తముమీఁదనే విశేషావలంబితమయి యున్నది

గ్రంథపారాయణమునుగూర్చి విదేశీయుఁడగు నార్థరు హెల్ప్సు మహాశయు డిట్లు వచించియున్నాఁడు:—

"స్త్రీలుగాని, పురుషులుగాని దాము గ్రంథమునందే స్వల్పభాగమును బఠించినను నేదో యొక యుద్దేశ్యముతో నట్లొనరించి తత్ప్రకటితాంశములనెల్ల వ్యాసరూపమున వ్రాయుచుండినచో గ్రంథావలోకనముయొక్క సత్ఫలితమును బాఠకుఁడు సులభముగాఁ గరగత మొనరించుకొనఁగలఁడు.

పాఠకుఁ డనుదినము పఠించిన సద్విషయములను గూర్చి వివరించి వ్యాసరూపమున వ్రాయుటకుఁ దొలుత గ్రంథమందలి విషయములలోని ముఖ్యాంశముల నెల్లఁ గ్లుప్తముగఁ గరపుస్తకము **(Pocket note book)** న స్పష్టముగా వ్రాసికొనుచుండుట శ్రేయస్కరము. అధ్యయనశీలురు తమశిక్షణము నొక వృక్షమూలస్కంధముగ నెఱుంగఁదగును. ఆ మూలకాండము నుండియే శాఖోపశాఖలు వెలువడి, దశదిశలకు వ్యాపించి, ఆ వృక్షమూలమునకుఁ బ్రకాశమును, వాయువును, ప్రాణశక్తిని గూర్చిపెట్టి దానిని శోభాయమానముగను, సర్వజనోపయోగకరముగను, పుష్పించుదానిగను, ఫలించుదానిగను జేయుచుండఁగలవు.

అదియే చందమున గ్రంథపఠనముచే లభించు సర్వవ్యాపకములగు వివిధభావములు, ధారణాశక్తి, స్మరణశక్తి, కల్పనాశక్తి సమగ్ర ప్రపంచమున నానారూపముల వ్యాపించియున్న జ్ఞానరశ్మి నాకర్షించి పాఠకుని జీవితసార్థక్యమునకు హేతుభూతములయి తనరారుచుండఁగలవు.

వృక్షము సజీవమయి ఫలపుష్పములఁ బ్రసాదించుటకు వాయువు, జలము, రశ్మి, ఆకాశము, వ్రేళ్ళు, ఎఱువు, దళము, మొదలగు పదార్థము లెన్నియో యవసరములయి యున్నవి. ఈపదార్థములందే యొక్కటి లోపించినను వృక్షజీవితమునకుఁ గొంతయే తటస్థమగును. సరిగా నిదియేరీతి మానవజీవితసాఫల్యమునకు, సంపూర్ణజ్ఞానోపలబ్ధికి సద్గ్రంథావలోకనము, లేఖనము, ప్రసంగము, తర్కవితర్కము, చింతనము, పర్యాలోచనము, పరిశోధనము ముఖ్యములయి యున్నవి.

విద్యార్థి భూగోళచిత్రపటమును జూచియుండనివాఁడయి, ధ్రువయంత్రము లేకయే విద్యామహాసముద్రమునఁ దన జీవితనౌకను నడపఁదలంచినచో వాని కే యే దిక్కుల నే యే దేశము లున్నదియు, రేవుస్థానము లెట నున్నదియు, తుదకు గమ్యస్థానమును జేర్చు పథ మెద్దియు గోచరింపఁజాలకయే పోవును. అట్లగుటచే వానిజీవిత నౌక భయంకర తరంగ ప్రహార కల్లోలమధ్యంబునఁ బడి, అగాధజలమున మునిఁగిపోఁగలదు.

లోకానుభవము లేని యువకులు గ్రంథపారాయణమును భయంకర సముద్రప్రయాణమునకుఁ బోల్చు టేటి న్యాయమా యని సందేహింతురు. క్రమమును, అవసరమును, విధానమును గుర్తింపక జటిలములును, దండకారణ్యప్రాయములును నగు ప్రౌఢకావ్యములను, మొండిశాస్త్రములను రాత్రిందివములు పఠించి ఉన్మత్తులయి, వ్యర్థజన్ములయినవారి నెందఱినో నేను విలోకించియున్నాఁడను. కావుననే విద్యార్థుల కిట్టి భయంకరోపమానముతో నుపమేయముయొక్క విషమస్థితిని విశదీకరించి యున్నాఁడను. యువకులు గ్రంథ పఠనమునకుఁ బూర్వమే యొక నిశ్చితోద్దేశ్యమును గలిగి యుండు టావశ్యకము.

పాఠకుఁడు తనకుఁ బరిచితమగు నితరభాషయందు సద్గ్రంథముల నవలోకించునపుడు వానియందుఁ గల ముఖ్య విషయముల సారాంశమ నంతయు స్పష్టముగా గ్రహించి, అనుభవమునకుఁ దెచ్చికొని క్లుప్తముగాఁ దన మాతృభాష లోనికిఁ బరివర్తన మొనరించు కొనుచుండు టతిప్రయోజన

కరమగు విషయము. ఇతర భాషాగ్రంథములఁ జదువు నూతనములగు విషయములను యథాశక్తి భాషాంతరీకరణ మొనరించుటకు యత్నించుచుండుటచేఁ బాఠకునియొక్క భాషాపరిజ్ఞానమును, పదసంపుటీకరణ శక్తియు, స్వకపోల కల్పనాశక్తియు, జ్ఞాన కుశలత్వమును, స్మరణశక్తియు, దైనందిన వృద్ధి నందుచుండఁగలవు.

అనువాదాభ్యాసము మానవుని మేధాశక్తిని సమస్త విధముల వృద్ధిఁగావించును. విద్యారంగములలో నుపన్యాస కళ (వక్తృత్వకళ) లేఖనకళ, అనువాదకళ, అధ్యయనకళ సమాన ప్రభావ ప్రతిపత్తి గలవి. వీనిచే మానవుఁడు ప్రతిభా సంపన్న మగు పాండిత్యమును సంప్రాప్తింప జేసికొన గలఁడు. పుటల బిరబిరఁ ద్రిప్పుచు మనస్సుఁ నుంచకయే గడగడ పాత్తములఁ బఠించుట యర్థములేని వ్యర్థపుఁ జదువు.

It is not the reading of many books that is necessary to make a man wise and good, but the well reading of a few." —R. Baxter.

"మనుష్యుని శిష్టాచారసంపన్నునిగను, మేధావంతుని గను జేయుట కసంఖ్యాకములగు గ్రంథములఁ బఠించుట యవసరముకాదు. కొలఁది గ్రంథముల నయిన సవిమర్శగఁ జదువుటయే యగత్యము." —ఆర్. బేక్స్టర్.

చదువరి గ్రంథావలోకన సమయమున మానసిక సంస్కరణమును గూర్చి ధ్యానము కలిగియుండనిచో వాని ప్రయాసమంతయు వ్యర్థము గావలసివచ్చును. తదేక ధ్యానముతో, నిశ్చలచిత్తుఁడయి సద్గ్రంథములను సవిమర్శగఁ

బారాయణ మొనరింప నుపక్రమించు మానవుని యాంతరిక మగు దివ్యజ్ఞానచక్షువు స్వల్పకాలమునందే తెఱచికొని సమస్తప్రపంచముయొక్క యథార్థస్వరూపమును వీక్షింపఁ గలదు.

జ్ఞానచక్షువు తెఱచుకొనిన మనుజునకుఁ గర్తవ్యాకర్తవ్య పరిజ్ఞానము కలుగ వాఁడెపుడెపుడే యే గ్రంథముల నెంతసమయము పఠింపవలసినదియు స్వప్రయోజనానుగుణ్యముగ సులభముగా నిర్ణయించుకొనఁ గలఁడు. ప్రత్యేకించి పఠనమున కొక సటీకమగు యుక్తిని వచించుట పొసఁగకుండినను, విద్యార్థులే సామాన్యజ్ఞానమును సంపాదించిన పిదపఁ దమతమ సౌకర్యముల ననుసరించి తమ పఠనక్రమమును స్థిరపఱచుకొనుట మంచిది.

గ్రంథావలోకనమునకు నియమ మావశ్యకము. మన నిత్య కృత్యములయందు గ్రంథావలోకనము సయిత మొక ముఖ్య ధర్మముగ బరిగణింపఁ బడవలసియున్నది. ప్రతి యువకుఁడు ప్రతిదినమందుఁ దన పఠనసమయమును బ్రత్యేకముగా నిర్ణయించుకొని యుండవలయును.

అవశ్యానుష్ఠేయములగు సమస్తవిధులనుండి విముక్తి నందినపిమ్మట యువకుఁడు గ్రంథావలోకనమునకుఁ గడంగి, తత్పఠనకాలమం దెట్టి స్వల్పకార్యముల వైపునకును దన చిత్తగతిని బోకుండ నిరోధించి వేయవలయును. పఠనసమయమం దతఁ డితరవిషయములఁ గూర్చి యించుకేని యాలోచింపఁ దగదు. తత్సమయమునం దతని సకలేంద్రియములు

మనః పూర్వకముగాఁ బఠనకార్యమునందే సంలగ్న మగుచు యుండు టావశ్యకము.

తనజీవితోపాధి నిమిత్తము విశేషముగఁ గష్టమొన రింప వలసిన బాధ్యతఁగల విద్యార్థి తన యవకాశము ననుస రించియే గ్రంథావలోకన శుభముహూర్తము నేర్పఱచికొన వలయును. ప్రాతఃకాలమాది సంధ్యాకాలపర్యంత మవిరామ ముగ వృత్తి బాధ్యతను నిర్వహించుకొనుటయందుఁ దగిలి యుండు యువకులకు సాధారణముగా దినమం దెపుడును గ్రంథపారాయణమునకు సమయము లభింపజాలదు.

కావున నట్టివారికి రాత్రిసమయమే సరస్వతీసందర్శన సౌభాగ్యమును బడయ నర్హమయి యున్నది. లేదా వారు రాత్రియందు శీఘ్రముగ భుజించి, శయనించి బ్రహ్మ ముహూర్తముననే శయ్యాతలమును వీడి, సత్వరము నిత్య కృత్యముల నిర్వర్తించుకొని తమకుఁ బ్రీతికరములగు సద్గ్రంథముల నచంచల మనస్కులయి పారాయణ మొన రించు టుచితము. ఆ సమయమందుఁ బ్రపంచమంతయు నీరవమును, ప్రశాంతమును, గంభీరమును నయియుండి చదువరియొక్క మానసమునకు విశేషమగు శాంతిసౌఖ్యమును బ్రసాదింపఁగలదు.

మానవుని మానసము బ్రహ్మముహూర్తకాలముననే యెట్టి కల్లోలమును లేనిదయి ప్రశాంతముగ నుండు చుండును. అట్టి ప్రశాంతస్థితియందుఁ బారాయణ మొన రింపఁబడు గ్రంథముయొక్క సారాంశమంతయుఁ జదువరి యొక్క హృదయ పటలాంకిత మగును. సామాన్యముగా

దినమందు మిక్కుటముగు కష్టమొనరించి, నిశయందు సుఖ నిద్రచే విశ్రాంతిఁ జెందిన మానవుని చిత్తము నిర్మలమయి, నిశ్చలమయి వేకువజామునఁ జూచినదాని నెల్ల సహజముగాఁ దనయందు జీర్ణింపఁజేసికొనఁ గలుగుచున్నది. దినమందు మూఁడుగడియల కాల మొనరించిన మానసిక ప్రయాసము యొక్క సత్ఫలమును బ్రహ్మముహూర్తమునం దొక గడియకాలము సలిపిన కృషిచే లీలాప్రాయముగ సంపాదింపవచ్చును.

వేకువజాము చాల మహత్తరమయిన దగుటవలననే ఋష్యాదులు దానిని బ్రహ్మముహూర్తమను గొప్ప పేరుతో గౌరవించియున్నారు. బ్రహ్మముహూర్తమున నిద్రావిముక్తుఁడయి మానసికశ్రమచే జ్ఞానమును వృద్ధిఁ గావించుకొన నేరనివానికంటె హతభాగ్యుఁ డీ ధరాతలంబున లభింపఁబోఁడు. దయామయుండగు జగదీశ్వరుఁడు మన హితము నపేక్షించి నిద్రాగాఢ పరతంత్రులమగు మనల మేలుకొలుప కుక్కుటముఖంబున ధ్వనిఁ గావించుచున్నాఁడు.

తొలి కోడికూఁత నాలకించినంతనే తల్పమును బాసి, నిత్యకృత్యములఁ దీర్చుకొని, యువకుఁడు పద్మాసనాసీనుఁడయి పరిశుద్ధ వాయుప్రవేశము గల ప్రదేశమున సరస్వతీ పీఠమున కెదురుగఁ గూర్చుండి, సరస్వతీ సేవ మొనరించి భక్తిశ్రద్ధలతో సద్గ్రంథముల నొక గంటన్నర కాలమైనఁ బఠించుట పరమావశ్యకము. మనోగతి ననుసరించియే ఫలాఫలములు కలుగుచుండు నను రహస్యము

నెఱింగినవారి కీ విషయమును గూర్చి విపరీతముగా బోధింపఁ బనిలేదు.

ఒకానొక కవికుమారుఁడు నిత్యము వేకువయందే మేల్కాంచి, బ్రహ్మముహూర్తస్నాన మొనరించి, ఒకింత యల్పాహారము నారగించి పఠన కార్యమునందు నేకాగ్ర చిత్తముతో సంలగ్నుఁ డగుచుండెడివాఁడు. ఆతఁ డెన్ని కార్య భారముల దినమందు నిర్వర్తించియుండినను, దేహ మెంత పరిశ్రాంతమయి యుండినను బ్రత్యూషమునఁ దల్పమువైఁ బడి యుండుట జారత్వచోరత్వముల కంటె నాత్మ విషయమున ఘోరపాపమని భావించుచుండెను.

ఆతఁడు సూర్యోదయానంతరము యథావిధిగ భోజన మొనరించి, ప్రభాతమున నిశ్చల చిత్తముతోఁ బఠించి హృత్ఫలకమున హత్తించుకొనిన సద్భావముల నెల్ల గవితా రూపమున రచించుచుండెడివాఁడు. ఆతఁ డట్లనుదినము నియమానుసారముగ గ్రంథావలోకన మొనరించి తదను లబ్ధములగు సద్విషయములఁ బద్యరూపమున రచించి యల్ప కాలమునందే మాతృభాషయందు విఖ్యాత విద్వత్కవీం ద్రుఁడు కాఁగలిగెను.

భాగవతకవు లనేకులు ప్రత్యూషముననే మేల్కాంచి, దేవునిఁ బ్రార్థించి, మలమూత్ర విసర్జన మొనరించి, దంత ధావనానంతరము స్వస్థానమునకు దూరమునందున్నను నది కేగి దిగంబరులయి, ప్రకృతిస్నాన మొనరించి, తత్క్షణము తమ యానంద కుటీరములకు మరలి, భక్తిభావముతో,

గద్గదకంఠముతో వానిని గీర్తించి, భక్తిరస ప్రధానములగు కావ్యముల రచించుచుండెడివారు.

సుప్రసిద్ధాంగ్లేయ నవలాకారుఁడగు స్కాట్‌గారు నిర్మల ప్రశాంత సుప్రభాతమునం దొకింత యాహారమును గుడిచి మధ్యాహ్నకాల పర్యంతము సుందరములగు నాఖ్యాయికల రచించుచుండెడివాఁడు. దినమందు నావకాశము లేని యువకులకుఁ బ్రత్యూషమే పఠనయోగ్యమగు శుభసమయము.

యువకులు తమ యవకాశము ననుసరించి దివారాత్రములం దెప్పుడయినఁ గాని మూఁడుగంటలకాలము నుపయోగింపఁ గలిగినచో ధన్యులయ్యెదరు. విస్తారమగు నింతటి వ్యవధి నేరీతిగను గ్రంథావలోకనము నిమిత్తము సంపాదింపలేనివా రధమపక్షము రెండుగంటలకాలమునైన గ్రంథావలోకనమునకు వినియోగించు టుచితము.

బాల్యకాలము నుండి క్రమజీవితమునకును, సదభ్యాసములకును, సత్సాంగత్యమునకును, మాతాపితృ తాచార్యసుశిక్షణమునకును బాల్పడియుండని యువకులు యౌవనకాలమందు విద్యార్థిదశకుఁ బ్రాపించినపుడు సక్రమ పఠన లేఖనములందుఁ దమ దుర్బలచిత్తముల లీన మొనరింపలేని వారలయి మానసికోద్వేగమును గాంచి విసువుఁ జెందుచుందురు. ఆ విసువు క్రమజీవిత నిర్వహణాభ్యాస శూన్యతనుండియే యుదయమగుచున్నది. విద్యార్థు లద్దానిని భయంకరశత్రువుగ నెఱింగి తొలుతనే నిర్మూలించి వేయవలయును. లేదేని

యదియే ప్రవర్ధమానమయి, సుదృఢమయి, సోమరితనమును బెంచి, పరనాసక్తిని జంపి, మానసిక క్షమాశక్తిని రూపుమాపి యువకుని యాత్మసంస్కారముయొక్క సమస్త ప్రయత్నముల మంటఁ గలుపును.

చం॥ అరయఁగ బాల్యయౌవనము•లందును సోమరులౌచుఁ గాలముం
జరిపినమానవుల్ గడవఁ•జాలక యేడ్తు రనంతరార్తులన్,
దెరువరి ప్రొద్దు గ్రుంకఁగనె • తిన్ననియూరను జేరకోనిచో
నిరు లగు దేర దారి నతఁ•డేమి యొనర్పఁగలండు మిత్రుఁడా!

—శ్రీ సూక్తివసుప్రకాశకము.

బాల్యమునుండియు విద్యావ్యాసంగ మెట్టిదో యెఱుంగనివారు యౌవనకాలమందును అంతకు మించిన వయఃపరిపాకమందును సద్విద్య నార్జింపఁ గుతూహలాయత్త చిత్తులయి గ్రంథములఁ బఠింపఁ గడంగినంతనే విసువుఁ దోఁపఁ దద్వృత్తినుండి విముఖు లగుచుండుట నేను విలోకించి యున్నాఁడను. బాల్యమందు నక్షరముల నయిన నేర్వక యౌవనమందును, ప్రౌఢప్రాయమందును విద్యాభ్యాసమునకుఁ గడంగి విసువు కలుగుచున్నను లెక్కింపక యెనలేని యోరిమితో, గట్టి పట్టుదలతో విద్వాంసులయినవారిని నయితము నే నెఱుంగుదును.

గ్రంథావలోకన సమయమున బ్రహ్మానందము కలుగుటకు మాఱు విసువు జనించు టొక జాడ్యము. ఈ దురభ్యాసముయొక్క దుష్ప్రభావమునుండి విముక్తినందు

టకు నిగ్రహమును, క్షమయు సంకల్పదార్ఢ్యమును, సచ్చింతనమును, నిబంధనబద్ధమగు సమయసద్వినియోగమును విశేషప్రయోజనకరములయి యున్నవి. యువకులు తమచిత్తము లెంత విసువుఁ జెందుచున్నను సరకుఁగొనక నిర్ణీతకాలమునకు గ్రంథావలోకనమున సంలగ్నులగుచుండుటచేఁ గ్రమక్రమముగా విసువు కలుగు తెగులు నశించిపోఁగలదు.

మనచిత్త మెల్లపు డొకరీతి నుండఁజాలదు. అద్దానియందు సదా యొకేవిధమగు తత్పరత్వమును గానరాదు. నేఁడే విషయమును జూచి యువకుఁ డానందముచే గంతులిడుచుండునో, రే పా విషయమును గాంచియే దిగులొందుచుండును. సామాన్యముగ నీ ప్రపంచమునఁ బ్రతిమానవుని చిత్తమును జాంచల్యమును గొలఁదిగనో, గొప్పగనో కలిగియే యుండుచుండును. అట్టి చాంచల్యమును, అస్థిరత్వమును చపలత్వమును బుద్ధివికాసముచేతను, వివేకోదయముననను, నియమపాలనముననను మానవుఁడు సులభముగా నిర్మూలింపఁ గలుగుచున్నాఁడు.

మానవునియందు బలవత్తరమగు బుద్ధి యుదయమయినంతనే వాని చిత్తమునుండి సోమరితనము, నిరుత్సాహము, సందేహము, విసువు మొదలగు దుర్గుణములన్నియుఁ దొలఁగి పోఁగలవు. యువకులారా! మీరు మీ నియమితవిధానమును సంరక్షించుకొనుటకే సదా సన్నద్ధులయి యుండుఁడు. భోగవిలాసాదుల ప్రాబల్యముననను, ప్రమాదవశంబునను నొకసారి భంగమొనరింపఁబడిన నిబంధనము తిరిగి వచ్చు టెంతయో కష్టసాధ్యము.

మానవుని హితమునకు మూలకారణమగు బుద్ధిని వివిధసాధనములచేఁ బోషింపుఁడు. అలసతను, ఖిన్నతను దృఢ సంకల్పబలముచే దూరమొనరింపుఁడు. అపుడు మీ చిత్తములు చాంచల్యమును దక్కి సంయమాధ్యవసాయముల కాటపట్టులయి, సంస్కరింపఁబడి సద్గ్రంథావలోకనము వంటి పవిత్ర కార్యములయం దత్యుల్లాసముతో లగ్నములు కాఁగలవు.

యువకులు గ్రంథపారాయణ మొనరించునపుడు శాంతమనస్కులయి, సంతుష్టాంతరంగులయి, విశ్రాంతిగఁ గూర్చుండి గంథకర్తృభావములఁ గూర్చి విచారించుచు, గ్రంథోద్దేశ్యములఁ దెలియుచు, వాక్యరచనవైపునకు ధ్యాన మొసంగుచు, శైలినిగూర్చియు, శబ్దలాలిత్యమునుగూర్చియు, విషయనిర్మాణమును గుఱించియుఁ జింతించుచు, గ్రంథ విషయమును బూర్వోత్తర పక్షములు జేయుచు, దోషము లున్నఁ బరిశీలించుచు నా గ్రంథమందలి సారభూతములగు ముఖ్య సిద్ధాంతముల నెల్ల నవగాహనముఁ జేసికొను టుచితము.

చదువరులు తాము పారాయణ మొనరించు గ్రంథ మతముతోఁ దమ మతమును బోల్చి చూచుకొనుచుండు టచే వారియందు విమర్శనా పాటవమును, సత్యపరిశోధనా శక్తియుఁ గలిగి క్రమముగా విజృంభింపఁగలవు. కవీశ్వరుఁ డెవఁడేని మన కొక గ్రంథమును సర్వోత్కృష్టమని వచించి ప్రసాదించినచో మన మతని మాటల విశ్వసింపక, గ్రంథస్థములగు విషయములఁ బఠించి, స్వగతమునఁ దర్కవితర్కము

లొనరించుకొని, పరిశీలనానంతరము గ్రంథమున లభించిన సత్యమును హృదయపూర్వకముగా గ్రహించుచు నా కవికిఁ గృతజ్ఞతాభివందనముల సమర్పించు టుచితము. కావుననే గురుజను లీరీతి వచించి యున్నారు.

"Judge not a book from the title page."

"ముఖపత్రమును గాంచియే పుస్తక మిట్టిదని నిర్ణయింపఁదగును."

"చం॥సరసమునీరసంబునొక•చందముగాఁబయికుండవచ్చులో
నరసిన హెచ్చుతగ్గు తెలి•యంబడకుండదుసుమ్మియెప్పుడున్"

... ...

మన కేదేని గ్రంథము లభించినచో దానియందలి కొంత భాగమును బఠించినంతనే యద్దాని బాగోగులు స్పష్టపడఁగలవు. పాఠకుఁడు సదా యొక సుప్రసిద్ధ గ్రంథకర్తయొక్క కృతులను బఠించునపు డీ దిగువ నుదహరింపఁబడు ప్రశ్నల కనుగుణ్యమగు సమాధానము ననుసరించి వర్తించుటను గూర్చి ధ్యానమును గలిగియుండు టావశ్యకము. సద్గ్రంథావలోకన పరాయణుఁడు తన యంతరాత్మను బృచ్ఛింపవలసిన ప్రశ్నలను గమనింపుఁడు.

"ఈ పుస్తకమును రచించుటకు గ్రంథకారుని ముఖ్యోద్దేశ్యమేమి? ఆతఁ డే యే సిద్ధాంతముల నాధారపఱచికొని గ్రంథమున స్వీయాభిప్రాయముల సమర్థించుకొనియున్నాఁడు. కవి తన గ్రంథముచే ముఖ్యముగా లోకమునకు బోధింప సంకల్పించిన విషయము లేవేవి? నేను గ్రంథకర్తయొక్క

యభిప్రాయములను సరిగా గ్రహించుచుంటినా లేదా? తర్క వితర్కములచే గ్రంథమందలి గుణదోషముల నెంత వఱకుఁ బరిశీలింపఁ గలిగితిని? గ్రంథకర్తయొక్క దేశకాల పాత్రోచితము లగు వర్ణనలు నా దృష్టిపథమునం దెంత వఱకు నిలిచినవి? గ్రంథమందుగల వివిధవస్తువులయొక్కయు, వ్యక్తులయొక్కయు నానాప్రసంగముల సందర్భములు నాకుఁ దెల్ల మయ్యెనా?

గ్రంథకర్త రచనాదియందు స్వీకరించియుండిన భావమునకు గ్రంథపఠనానంతరము నేను నిశ్చయించుకొనిన భావ మెంతవఱకు సరిపోయినది? ఏరూపముతోఁడ గ్రంథకర్త గ్రంథాంశముల విచారించియుండెనో పాఠకుఁడ నగు నే నా రూపముతోడనే గ్రంథస్థములగు విషయముల వివేచించుచుంటినా లేక పొరఁబడితినా? గ్రంథకర్తయొక్క ఐక్యమునకు భిన్నముగ నా యూహ లేర్పడియున్నచోఁ గవి యభిప్రాయమున కనుగుణ్యముగ వచ్చుమార్గమేది? గ్రంథపఠనమునకుఁ బూర్వము కంటె నా మదికి గోచరించిన నూతనాంశము లెన్ని? అవి యేవేవి? గ్రంథముచే ముఖ్యముగా నేను గ్రహించిన నైతికాదర్శ మెద్ది? భాషా పరిజ్ఞాన మెంత వఱకు?

ఈ ప్రశ్నల కన్నింటికిని పాఠకుఁడే స్వయముగా సముచితమగు ప్రత్యుత్తరమును సిద్ధము నరించుకొన వలసియున్నది. నేఁటి సామాన్యపాఠకునకీ ప్రశ్నలన్నియు దురూహ్యములుగ నుండి క్షణములో శిరోవేదనఁ బుట్టించును. ప్రతి గ్రంథమును దీర్ఘాలోచనముతోడను, సూక్ష్మమగు తీవ్ర విమర్శనముతోడను ప్రశాంతహృదయుఁడయి నెమ్మదిగా

బఠించు వ్యక్తియే యిట్టి ప్రశ్నలకుఁ జూలకినగాఁ బ్రత్యుత్తర మొసంగఁగలఁడు. ఈ రీతిఁ బ్రశ్నావళి కుచితసమాధాన మొసంగఁగల పాఠకుని పఠనవిధానమే యతిప్రశంసనీయ మయినది.

సామాన్యముగా నవయువకులలో సహస్రమున కొక్కఁడయిన నీరీతి గ్రంథావలోకన మొనరించు ప్రయా సమును సహించుటకుఁ గటిబద్ధుఁడయి యున్నటులే కాన రాకున్నది. కాని యీ ప్రశస్తమగు విధానము ననుసరింపని పాఠకు లెట్టి గ్రంథములఁ జదివినను, ఎంతకాలము చదివినను, గ్రంథకర్తల ముఖ్యాభిప్రాయములను సాంగముగ గ్రహింపఁ జాలరు. ఈ పద్ధతి సామాన్యులకుఁ దొలుదొల్త బహుకష్ట సాధ్యముగను, వికటముగను, ఛాందసముగను గోచరించి స్వల్పకాలాభ్యాసముననే సౌఖ్యదాయకముగను, సులభ సాధ్యముగను, యుక్తియుక్తముగను దోఁపఁగలదు.

కొంతకాల మీ యుత్తమాభ్యాసమునందు శ్రద్ధ వహించినచో యువకుల కీ మహోన్నతమగు పఠనపద్ధతి సామాన్యాచారముగఁ బరిణమించి యపూర్వములగు ప్రయో జనములఁ గల్పింపఁగలదు. అట్టి స్థితియందు యువకు లెట్టి మహాగ్రంథమునయిన సూక్ష్మపరిశీలనాదృష్టితో, సతర్క బుద్ధితోఁ బుటల బిరబిరఁ ద్రిప్పుచు, స్వల్పకాలముననే పఠించివైచి గ్రంథముయొక్క సారాంశమునంతయు గ్రహించి చూచుచుండగనే విజ్ఞానసంపన్నులు కాఁగలుగుదురు.

దూరదృష్టిలేని నవయువకులు కొందఱీ పఠనవిధా నముచే నమూల్యమగు సమయము వ్యర్థమయిపోవునని

భ్రమింపఁగలరు. స్వల్పకాలమందే చిత్తమున వర్తించు కొనఁబడని విషయము లెన్నింటిఁ బఠించినను మనకుఁ బ్రయోజన మేమి? మానసనేత్రమునకు స్పష్టముగా గోచరింపని గ్రంథవిషయములయొక్క పరిజ్ఞానము గత జన్మ వృత్తాంతమునలె సదా విస్మృతిగర్భమున దాగియే యుండఁ గలదు.

నేను నుడివియున్న ప్రశస్తమగు నూతనవిధానము ననుసరించి గ్రంథావలోకన మొనరించువారి ప్రతి రక్తకణ మందును జదివిన గ్రంథములయొక్క సద్భావసారము సమ్మిశ్రితమయి పోఁగలదు. ఈ చందమున సువ్యవస్థిత రూపమున మనోవికాసార్థము పఠింపఁబడు నొక గ్రంథమయినను సక్రమముగను, సశాస్త్రీయముగను, దీర్ఘాలోచనాపూర్వకముగను బఠింపఁబడని శతగ్రంథములకంటెఁ బ్రయోజనకరమును, శ్రేష్ఠమును నయి యున్నది.

తపాలా రైలుబండి (Mail train) యందుఁ గూర్చుండి గంట కేబది మైళ్ళ చొప్పున బోవుచున్న ప్రయాణీకుఁడు బాట కిరుప్రక్కలఁ గడు రమ్యముగనున్న ప్రకృతిదృశ్యముల నెట్లు స్పష్టముగాఁ గాంచి యానందింపఁగలఁడు? అతఁ డారోహించియున్న పొగబండి సుందరములగు నరణ్యములలో నుండియు, మనోహరములగు సమున్నత గిరి మార్గములనుండియు, ప్రఖ్యాత దేశములలో నుండియుఁ బోవుచున్నను నతఁ డేటు లచ్చటి వింతలను, విశేషములను గ్రహింపఁగలఁడు? ఆ ప్రయాణీకుని హృదయమందుఁ దాను దాటిపోవుచున్న ప్రదేశములందలి చిత్ర విచిత్రములను

వీక్షింపవలయునను ప్రగాఢాభిలాష యున్నను వాని గమన వేగమును, ఆచరణ విధానమును ఫలసిద్ధి కవాంతరముల నొందవించు చుండఁగలవు.

సరిగా నదియేరీతి సూక్ష్మదృష్టిలేక దడదడ హడావిడితో బహువిషయ పాండిత్యము నభిలషించి వందలకొలఁది గ్రంథములఁ బఠించువారిస్థితియు నుండుచుండును. నేను వచించియుండిన యుక్తమగు పఠన ప్రణాళిక ననుసరించు యువకులు గ్రంథావలోకనముచే వాస్తవిక సౌఖ్యానంద జ్ఞానానుభవముల సంపాదించి ధన్యులు కాఁగలుగుదురు. అట్టివారికే సుఖదుఃఖాది ద్వంద్వములతో సమ్మిశ్రిత మయి యున్న భూలోకము స్వర్గమువలె శాంతిదాయకము కాఁగలదు.

నేఁటి విద్యాలయములందలి యుపకు లనేకులు తామెన్నియో వందల గ్రంథములఁ బఠించియుంటిమనియు పుస్తక భాండాగారములఁ దాము చదువని గ్రంథములే లేవనియు వచించుచుండ నేను వినియుంటిని. వారు సాంగముగఁ జదివియుంటిమన్న గ్రంథములలో నే దేని యొక గ్రంథమందొక విషయమును గూర్చి ప్రశ్నించుచో వారుత్తరము నొసంగఁజాలరు. ఈ కారణముననే విద్వాంసులు గంటవలెఁ గేవలము గణగణ మ్రోగుచుఁ జెరచెర గ్రంథములఁ జదువు వారు వ్యర్థులని వచించియున్నారు. గ్రంథముల నర్థము లేకుండగ వందలఁ జదువుటయు, చదివినవాని సారమును జీర్ణింపఁ జేసికొనకుండుటయు, వ్యర్థమగు పనియే.

"Mere readers are often the most idle of human beings" —Sydney Smith.

"కేవలము చదువువారు ప్రాయికముగా గొప్ప సోమరిపోతులయి యుండుచుందురు." (సిడ్నెస్మిత్తు)

స్మిత్తు మహాశయుఁడు వచించిన ప్రమత్తులగు యువకులు గడగడ గ్రంథములఁ బఠింపనేర్చియే యుందురుగాని విజ్ఞాన వర్ధకములగు మఱేట్టికార్యములను సమర్థతతో నిర్వహింపఁజాలరు. నేఁ డనేకులగు యువకు లున్నతవిద్యను విశ్వవిద్యాలయములఁ గఱచుచుండియు మూఁడు నాలుగు మాసములకుఁ బూర్వము తాము పఠించియుండిన గ్రంథముల సారాంశమునయిన సంక్షిప్తముగ వచింప నసమర్థులయియున్నారు. పఠనాలయముల కరిగి వివిధగ్రంథములఁ బఠించు యువకులలో ననేకులు సంవత్సరకాలము లోపలఁ దా మే యే గ్రంథములఁ జదివియుండినదియు వచింపలేనట్టి దుస్థితియం దుండు నేను విలోకించి యున్నాఁడను.

ఆమరణపర్యంతము జీవితకాలమునందు నుపయోగపడవలసిన గ్రంథపఠనోపలబ్ధమగు జ్ఞానమువిషయ మటుండ నేఁటి యువకులు పఠించిన గ్రంథముల నామావళినయిన స్మృతిపథమునం దిడికొని యుండకుండుటను జూచి వారిపఠనవిధాన మెంత యప్రశస్తమును, అవ్యవస్థితమును నయి యున్నదియు స్పష్ట పడుచున్నది. ఏవిద్యార్థియుఁ దా నొక గ్రంథమును బఠించి దాని తత్త్వమును, సారమును, లక్ష్యమును బరిపూర్ణముగా గ్రహించు నంతపర్యంతము దా నా గ్రంథమును జదివియుంటినని వచించుట కధికారి కాఁజాలఁడు.

చదువరియొక్క హృదయమందుఁ దాను పఠించి యుండిన గ్రంథముయొక్క యంతర్బహిరాకృతియు, తత్సా

రమును, తన్నిరూపణశైలియు, గ్రంథకర్తృ తర్కసరణియు తద్గ్రంథ సిద్ధాంతములఁ బరిపుష్ట మొనరింపఁగల సజీవదృష్టాంతములును బూర్తిగా హత్తుకొని పోవలయును. పాఠకుఁడాలోచనాశూన్యుఁడగుటవలననే గ్రంథస్థమగు విషయము హృదయస్థముగాక, గ్రంథమును మూసిపెట్టినంతనే విస్మృతిగర్భమున విలీనమైపోవుట తటస్థించుచున్నయది. ప్రశస్తమగు పఠనమున కాలోచన, ధ్యానము, ఏకాగ్రత, విమర్శనము, తర్కము, స్మరణము, ధారణము ముఖ్యములయి యున్నవి.

"Reading without thinking, may indeed a rich common-place

But it will never make a clear hand."

—J. Norris.

"ఆలోచనాశూన్యమగు పఠనముచే మనుష్యుఁడు సుసంపన్నుఁడయినను, పరిశుద్ధ మేధావంతుఁడు మాత్రము కాఁజాలఁడు." (జె. నార్రిసు)

నేఁడు పూర్వకాలమునకంటె సులభముగ గ్రంథములు లభించుసౌకర్య మేర్పడినను, తద్గ్రంథముల సవిమర్శగఁ బఠించి ప్రయోజనమును బడయు చదువరులసంఖ్య స్వల్పముగా నున్నందుల కెంతయు విచారింపవలసి యున్నది.

ఒక సద్గ్రంథమందలి యొక విషయమును రెండు మూఁడు పర్యాయములు చదివి దాని భావార్థమునుగూర్చి కొంతసేపు విచారించుటవలననే మన మా గ్రంథమందలి సారమును దనివిఁదీఱఁ గ్రోలఁ గలుగుదుము. ఇట్టి ప్రయోజనకరమగు పఠనవిధానము నవలంబించి చదువరు లనేకులు

విద్వాంసులయి తమయున్నతి కాదర్శప్రాయు లయి యుండిన మహాపండితులచే విరచింపఁబడిన గ్రంథములకంటెఁ బ్రశస్తములగు కావ్యముల విరచించియున్నారు.

తఱచుగా నేను విద్యార్థుల కుపదేశించు సమయమందు దీ ప్రణాళికనే యనుసరించుచుందును. స్వానుభవపూర్వకమగు విషయ మగుటంజేసియే దీనినిగూర్చి నేనింతగా నొక్కి వక్కాణింప బాధ్యుఁడ నయితిని. నే నెపుడేని యొక పుస్తకము నందుకొని యం దొక్క ప్రకరణమును జదువుట ముగించి నంతనే యుపాత్తమును మూసివైచి, జిజ్ఞాసాయత్త చిత్తుండ నయి నిశ్చలమగు ధ్యానముతోడ శ్రద్ధతోఁ బఠించిన సమస్త విషయములఁ గ్రమముగ స్మృతికిఁ దెచ్చుకొని, అందలి భాగోగులను, గురుత్వలఘుత్వములను, పూర్వాపర సందర్భములను, ప్రాచీనతా నవీనతలను, సారాసారములను, ముఖ్యాంశములను గుఱించి సదా యొక గంట కాలము చింతించుచుందును.

అట్టి సుస్థిరమగు దీర్ఘచింతనముచే నా కా ప్రకరణ మందలి సద్విషయములేగాక, తదనుకూలములగు నితరగ్రంథము లందలి విజ్ఞానరహస్యము లెన్నియో స్మృతికిఁ దట్టుచు నా విమర్శన శక్తిని వృద్ధిఁగావించుచుండును. ఈచందముననే సక్రమముగా నేను ప్రారంభించిన సద్గ్రంథమందలి ప్రకరణముల నన్నింటిని నొక టొకటిగఁ జదివి గ్రంథమును సమాప్తము గావించివైచుచుందును.

పుస్తకమంతయుఁ జదువుట ముగించిన పిమ్మట నా గ్రంథమందు నాద్యంతముగఁ గల సమస్త విషయ

ముల నధ్యాయక్రమంబున స్మృతికిఁ దెచ్చికొనుచు విమర్శాత్మకమగు దృష్టితో వానిని వీక్షించుచు గ్రంథసారాంశము ననుభవింప యత్నించుచుందును. ఈ రీతి వర్తించు నాకు వాంఛించినపు డెల్ల నాచేఁ బఠింపఁబడిన ప్రతిగ్రంథమును మిత్రునివలె సాక్షాత్కరించి, తన గర్భమందుఁ బదిలపఱచి కొనియున్న జ్ఞానరహస్యముల నన్నింటి స్వచ్ఛందముగా వెలిఁబుచ్చుచుండఁగలదు.

ఏకాకియయి సమస్తశాస్త్రములఁ గంఠస్థ మొనరించుచు, సారస్వత భండారమునంతయు గాలించువైచు సాహిత్యాచార్యుని కంటెఁ దాను బఠించిన సాధారణ గ్రంథ విషయముల నయిన సంక్షేపముగా నిత్యము విద్యార్థిమండలి కుపదేశించుచుండు సామాన్య దేశికుని కధికమగు జ్ఞానానుభవ ముండఁగలదు.

నే నెపు డే చిన్నిపొత్తమును ప్రేమతోఁ బఠించినను దాని యందలి రహస్యముల మిత్రులతోఁగాని, ఛాత్రులతోఁగాని, స్వకుటుంబమందలి సభ్యులతోఁగాని లేదా నన్నెడఁ బాయక ఛాయవలె నంటియుండి నాహితము నపేక్షించుచుండు హృదయముతోడఁగాని నుడువకుండ నుండఁజాలను. ఒకతూరి గ్రంథమునఁ జదివిన విషయమును రెండు మూఁడు పర్యాయములు నిజస్వాంతముతోఁ జింతించుదనుక నాకు సంతృప్తి కలుగనేరదు. చదివిన విషయము నన్యులకుఁ దెలిపి వారల నానందింపఁ జేయుచు, నా జ్ఞానానుభవమును సుదృఢ మొనరించుకొనుటయందు నాకు మిక్కుటమగు నుల్లాసము

కలదు. నాచేఁ జదువఁబడిన విషయమును నే ననారతము పరులకుఁ జెప్పుచుండుటచే నయ్యది నా యంతఃకరణమున నుతింత గట్టిగా నెలకొనుచుండును.

వందలకొలఁది గ్రంథములఁ బారాయణ మొనరించి యుండియు సాధారణ లోక పరిజ్ఞానమును సంపాదింపలేనివా రనేకులు కలరు. "పుస్తకం హస్తభూషణం" బని నుడువుచు నెపుడు చూచిన గ్రంథములను జదువుచుండియు సామాన్య భాషాపరిజ్ఞానమును, విషయపరిజ్ఞానమును లేనివారెందఱో పాఠకలోకమునఁ గానవచ్చుచున్నారు. వారి యట్టి దుర్దశకు ముఖ్యకారణము క్రమశూన్యమును, అశాస్త్రీయమును నగు పఠనవిధానమె.

నాకుఁ బ్రీతికరమని నచించియుండిన పద్ధతి ననుసరించి సద్గ్రంథావలోకనమున కియ్యకొనువారు సమస్తగ్రంథప్రపంచముపై సులువుగా నధికారమును నెఱపఁ గలుగుదురు. ఈపద్ధతి పఠనముయొక్క వ్యర్థమగు దుర్గతిగమనమును నిరోధించి, అద్దానిని సమ్యగ్రూపమునకుఁ గొనితెచ్చును. నెమ్మదిగను, శాంతముగను నడచు సమ్యక్పఠనమే పరమోపయుక్తమయినది.

గ్రంథపఠనమునకు నవీనుఁడగు వ్యక్తి త్వరలో పాండిత్యమును సంపాదింపవలయుననిగాని, చదివి ముగించిన గ్రంథముల సంఖ్యను హెచ్చింపవలయుననిగాని కడు శీఘ్రముగాఁ జదువ నారంభించుచో నతనికిఁ బ్రతిగ్రంథముయొక్క సద్విషయ మగ్రాహ్యమయి, దురూహ్యమయి వానియమూల్యమగు సమయమును, మనోల్లాసమును నష్టమొనర్చును.

దూరప్రయాణమునకు సన్నద్ధుఁడయినను మనుజుఁడు ప్రయాణారంభమునందే యారంభశూరుఁడయి, ద్రుతగమనమున నడుచుచో నతఁడు కొలఁదిదూర మరిగినంతనే పరిశ్రాంతుఁడయి చదికిలఁబడి పోఁగలఁడు.

గమ్యస్థానము నెవరు శీఘ్రముగాఁ జేరఁగలరో చూతమని పందెమునకుఁ గడింగియుండిన కూర్మశశకముల వృత్తాంతమును మీరు బాలుర పాఠపుస్తకములఁ జదివియేయుందురు. ఆవేశముతోఁ గడు రయమునఁ బయనమును సాగించి విపరీతమగు వేగముతోఁ బర్విడిన కుందేలు కొలఁదిదూరమే యటు లరుగఁగలిగి, అలసి యొకచో నిద్రింప, తాబేలు దంబములేక సహజగమనముతో క్రమముగా నడచి కుందేలుకంటె ముందుగా నిర్ణీత స్థలమును జేరి గెలుపుఁ జెందెను. వేగముగాఁ దొలుతఁ బరుగిడియుండిన శశక మోటువడియెను. పుస్తకములఁ జదువు విషయమున విద్యార్థులదశయు నీచందముననే యనువర్తించును.

నెమ్మది లేక, తొందరపడి స్వల్పకాలముననే యసంఖ్యాకములగు గ్రంథముల సమాప్తి నొనరించివేయవలయునను తలంపుగల పాఠకుని చిత్తము నవీనములగు వివిధభావార్థ ప్రాబల్యభారముచేఁ గృంగి, సందేహములకుఁ జిక్కి, వ్యాకులముఁ జెంది, తుద కెట్టి ప్రయోజనమును బడయలేని దగును.

ప్రాచీన భారతీయ విద్వాంసుల పఠనవిధానము నేఁటి పండిత మండలాగ్రగణ్యుల పఠనపద్ధతికంటె సహస్రగుణము లుత్తమమయి యుండుటవలననే యధునాతన యుగము

సౌఖ్యానంద సంపాదనమునకుఁ బ్రాచీనార్యవిజ్ఞానమును విధి లేక యాశ్రయించు చున్నది. ఈనాఁటివలెఁ దొల్లి మన యీ యార్యావర్తమున ముద్రాక్షరశాలలు లేవు. ఏతద్ధేతువుచే నాఁ డీ భరతఖండమున గ్రంథముల సంఖ్య మిక్కిలి స్వల్పముగా నుండెను. ఆదినములలో గ్రంథములు తాళపత్రములపై వ్రాయఁబడి కవులయొద్దను, పండితులయొద్దను, కృతిపతులగు రాజుల సన్నిధిని వెలయుచుండెడివి. విద్యాభిలాషులు పండితులను, కవులను సేవించి వారల సంప్రీతచిత్తులఁ గావించి గ్రంథముల ముఖ్యవిషయములను తాళపత్రములపై వ్రాసికొనుచుండెడివారు.

నేఁటి విద్యార్థికివలె నాఁటి ఛాత్రునకు స్వకీయపుస్తకాలయములు లేకుండెను. నాఁడు విద్యార్థులు తమకు లభించిన యొకటి రెండు గ్రంథముల నయిన శ్రద్ధాభక్తులతో, నిశ్చలచిత్తులయి యొకటికిఁ బదిపర్యాయములు చదివి వివేకవంతులును, జ్ఞానసంపన్నులును నగుచుండిరి. ప్రాచీనయుగమున ముద్రాక్షరయంత్రములు లేకుండినను భరతఖండమున విజ్ఞానధనము లోపించియుండ లేదు. గ్రంథమయమగు వర్తమానకాలముకంటె విశేషగ్రంథశూన్యమగు నాఁటికాలమే నాగరికమయి, విద్యావంతమయి యుండెను.

ఆదినములలో సామాన్య విద్వాంసుఁడు రచించియుండిన కావ్యము నీనాఁటి విఖ్యాతపండితుఁడు సంవత్సరముల కృషి సలిపియు నరముఁ జేసికొనఁ జాలకున్నాఁడు. పూర్వకాలమున భారతీయులు విద్యాసక్తులయి లభించిన ప్రతితాళపత్రగ్రంథమును సంవత్సరముల కొలఁదిఁ బఠించి, పరిశో

ధించి, తర్కించి, జీర్ణింపఁ జేసికొని జ్ఞాన విజ్ఞానములం దధికు లయి సమస్తలోకాదర్శ ప్రాయులయి నేఁటికిని దమ యశశ్శరీరముల స్వీయప్రౌఢవిద్యా ప్రభావముచే మన సభ్యసమాజముల మధ్య నెలకొనఁ జేసియున్నారు.

ప్రాచీనయుగమున నొకటి రెండు గ్రంథములఁ జదివియుండిన పాఠకునకు నర్వాచీనయుగమున వందలకొలఁది గ్రంథముల నవలోకించు చదువరి జ్ఞానానుభవములం దీడు రాకుండుటకు ముఖ్యకారణ మేమిమో గ్రహించితిరా ? నాఁటి పాఠకున కొక్క గ్రంథము లభించియుండినను, ఆతఁడు నిశ్చల చిత్తముతో దాని ప్రతిప్రకరణమును, వాక్యమును, శబ్దమును, ధ్వనిని హృదయంగమ మొనరించుకొన యత్నించు చుండెడివాఁడు. ఆతఁడు గ్రంథమును బఠించుట సమాప్త మొనరించునప్పటికి తిరిగి యట్టిదే మఱొక్క గ్రంథమును స్వతంత్రముగా రచింపఁగల జ్ఞానానుభవ పాండిత్యనైపుణ్యముల సముపార్జింప సమర్థుఁడయి యుండెడివాఁడు. నేఁటి చదువరియొక్క యవకతవకలతోఁ గూడియున్న పఠనవిధాన మతఁడెన్ని యుద్గ్రంథములఁ బఠించినను వ్యర్థుని గావించివేయు చున్నది.

సద్విషయజ్ఞానమును సంపాదించుటకు గ్రంథముల సంఖ్య కారణము గాదు. ప్రాచీన భారతీయ పాఠకుఁడు జ్ఞానమును సంపాదించు నిమిత్తమే సద్గ్రంథము నాశ్రయించు చుండెడివాఁడు. నేఁటి పాఠకుఁడో తా నెన్నియో గ్రంథములఁ జదివియుంటినని లోకమునకు దెలుపుకొనుటకొఱకును, నిజ మానసము నర్థములేని వ్యర్థసంతోషముతో నింపుకొనుటకును,

సోమరితనమందు దినము గడపకుండుటచే దీర్ఘములగు గడియలఁ గుఱుచలు జేయుటకును గ్రంథముల హస్తమునఁ బూనుచున్నాడు.

ప్రాచీనులకును, అర్వాచీనులకును మధ్య నెలయుచున్న తారతమ్యమే నేఁటి భారతీయ విజ్ఞాన హైన్యావశకుఁ ముఖ్యమగు కారణము. సక్రమపఠన వ్యవస్థను గలిగియుండిన ప్రాచీనార్యుల స్వల్పసంఖ్య యందున్న గ్రంథరాజముల కొలదియంశములే నేఁడీ విశ్వసాహిత్య క్షేత్రమునఁ గానవచ్చుచున్న బహుళగ్రంథసముదాయముల కాధారములై యున్నవి.

జ్ఞానసంపాదనోద్దేశ్యముతోఁ జదువరి నే నిప్పటి కెంత చదివియుంటినని తన్నుఁ బ్రశ్నించుకొనక నే నిప్పటి కెంత విజ్ఞానసారమును గ్రోలియుంటినని స్వీయాంతఃకరణమును గట్టిగాఁ బృచ్ఛ సేయఁదగును. ఇట్టి యాత్మపరిశోధనాపూర్వకమగు ప్రశ్నచేఁ బాఠకుని హృదయాంతరాళమునఁ దర్కము ప్రారంభమగును. తర్కమునుండి సామ్యమగు నాలోచన యుదయించును. ఆలోచనచే గ్రంథరహస్యము వెల్లడియగును, సారాంశము తేటతెల్లమగును.

అపుడు పాఠకుని జ్ఞానము మిక్కిలి యభివృద్ధియగును. అతఁ డంత మేధావంతుఁడయి, అసామాన్యమగు ప్రతిభను బడయఁగలఁడు. కావుననే కేవలపఠనమే మానవు నుద్ధరింపఁ జాలదని విద్వాంసులు సిద్ధాంతీకరించియున్నారు.

"Reading furnishes us only with the materials of knowledge; it is thinking makes what we read ours."

—Locke.

"పఠనము మనకు జ్ఞానోపకరణములను మాత్రమే సమకూర్చి పెట్టును; ఆలోచనయే మనము చదివినదాని నంతయు మన స్థిరసంపదగాఁ జేసి వేయగలదు.

—లోకు.

క్రమమును, ఋతుప్రభావమును, గగనమండలము యొక్క స్థితిని గ్రహింపలేని సేద్యగాని పది యెకరములభూమి యందు ఫలించు సస్యము సక్రమపద్ధతి నెఱుంగు చతురుఁడగు కృషీవలుని నాలుగు యెకరముల క్షేత్రఖండమం దుత్పత్తి కాఁగలదు. పాఠకు లీ విషయము నెఱింగి తమ యొక్క విజ్ఞానాభివృద్ధి సక్రమ గ్రంథపఠనము మీఁదనే యాధారపడి యున్నదని గుర్తించు టుచితము.

యువకులు గ్రంథావలోకనకాలమందుఁ దమ చెంత వ్రాఁత పుస్తకము (Note book) నుంచుకొనుట మంచిది. తాము పారాయణ మొనరించు సద్గ్రంథములందలి సర్వోత్తమములును, చిరస్మరణీయములును, సత్వరాచరణీయములును నగు ప్రశస్తసిద్ధాంత వాక్యములను, ధర్మోపదేశములను, ఆర్యోక్తులను, నీతిసూత్రములను,— మనోహరములును, రసవంతములును, భక్తిజ్ఞాన ధర్మనీతియుక్తములును నగు పద్య రత్నములను వ్రాఁతపుస్తకమునందు గుర్తుగా వ్రాసికొను చుండుట పాఠకుల పరమధర్మమయి యున్నది.

ఇట్లొనరించుటచే పాఠకులకు నూతనగ్రంథరచనాశక్తి కలుగఁగలదు. వారు పఠించు సమస్తగ్రంథముల లభించు నట్టియు, పండితోత్తముల ముఖోద్గతములయినట్టియు,

చమత్కారపూర్ణములగు నుత్తమాంశముల నతుదక్రమ ముసఁగడు శ్రద్ధతో ప్రాఁతపొత్తమున లిఖించుకొనువారి కచిరకాలమందే ప్రాజ్ఞప్రపంచాదర్శ ప్రాయనుగు నిర్దోష పాండిత్య మహాభాగ్యము సంప్రాప్తము కాఁగలదు.

గ్రంథము నవలోకించునపుడు యువకులు పెన్సిలు నొకటిఁ గైకొని, వారు పఠించు గ్రంథములు స్వకీయములగుచో మనోహారములగు నీతివాక్యములును, సందిగ్ధవిషయములును పరిశోధనార్హములగు నంశములును గల తావులఁ బెన్సిలుతో గురుతుకొఱకు చిన్న గీఁత గీయుట విశేషప్రయోజనకరము. పుస్తకమునందు గుర్తుంచునపుడు గ్రంథసౌందర్యమునకు భంగ మొదవకుండఁ జూడవలయును.

ప్రధానము (Important) లగు విషయములు గల స్థలమందు సంకేత చిహ్నముల నిడుటచే వాంఛ కలిగినపు డెల్ల జదువరి గ్రంథమునంతయు నాద్యోపాంతముగ నవ లోకింప వలసిన యగత్యము లేకయే తన కావశ్యకములయిన ముఖ్యాంశముల నెల్ల సులభముగా గ్రహించు సౌకర్య మేర్పడఁగలదు. గ్రంథమునందు ముఖ్య విషయములకడ గుర్తుల నిడు పాఠకుఁడు తన దృష్టినంతయు నా సాంకేతిక చిహ్నముల వైపునకే సంపూర్ణముగాఁ బ్రసరింపఁజేయక గ్రంథవిషయము నవగాహన మొనరించుకొను వైపునకును నిగుడింపఁజేయు టుచితము.

బాట పోవుచునను బ్రాతఁబడియున్న మైలురాళ్ళన జూచుటయందును, వానిసంఖ్యను గణించుటయందును దృష్టి నుంచు వ్యక్తి, పథమున కుభయ పార్శ్వముల నెలయు

ప్రాకృతిక శోభను, సుందరక్షేత్ర కేదార మాలికలను, రమ్యములగు చిత్రవిచిత్ర దృశ్యములను విలోకింపఁగలఁడా! లేదు. చదువునపుడు గ్రంథమందలి విషయమును విభజించుటచేఁ బాఠకునకు విషయవిస్తారభీతి కలుగక, విసువు వొడమక పఠనోల్లాసము వృద్ధియగుచుండఁ గలదు.

ఒకసారి మన చిత్తమందు సంచార మొనరించినట్టియు, సంపాదనాయోగ్యమయినట్టియు సద్భావమును మనస్థిరసంపదగాఁ జేసికొనఁగలశక్తి నార్జించుకొనుటయే మనవిధి. విషయ విభాగమునకుఁ జేతివ్రాఁత పుస్తకములు, పెన్సిలు గుర్తులును ముఖ్యసాధనములుగ నుండఁగలవు. కాని బాహ్యసాధనములగు వీనియన్నింటి కంటె నంతఃకరణస్థితమగు నన్వయవ్యతిరేక శక్తిసాధనమే విశేష ఫలసిద్ధికి హేతుభూతము కాఁగలదు.

చదువరి తన భావతరంగ పరంపరల సువ్యవస్థితములు గావించుకొను నభ్యాసమునకుఁ గడంగు టావశ్యకము. అతఁడు గ్రంథమును బారాయణ మొనరించుచుండిన కొలఁదియు నందలి భావములును, విషయములును క్రమబద్ధములు గావింపఁబడి యతని దృష్టిపథమున సదా తాండవించుచున్నట్లుండవలయును. అపుడే చదువరికి సద్గ్రంథావలోకనముయొక్క సంపూర్ణ ఫలము హస్తగతము కాఁగలదు.

గ్రంథస్థమగు విషయాధ్యయనమునకు విభాగ మవసరమయినట్లే క్రమము నయిత మపేక్షణీయమయి యున్నది. ఈ క్రమముయొక్క యభావమే నవయువకులగు పాఠకుల యందు విశేషముగా గోచరించుచున్నది. క్రమశూన్యత

సత్కార్యమునకు భయంకరమగు జాడ్యమువంటిది. నవయువకులు తొలుత గావ్యములఁ బఠింపవలయునను నాసక్తికి బద్ధులయి, వానిని జదువ మొదలిడి, సమాప్తమొనరింపకయే యితిహాసములను జదువ నారంభించుచుందురు.

ఆ యితిహాసముల నైనఁ బూర్తిగావింపకయే మధ్యయందు విడిచివైచి యంతటితో మౌనముద్రను వహింపక, మనశ్చాంచల్యముచేఁ బ్రేరేపింపఁబడి నవలలను బఠింప నుపక్రమించుచుందురు. ఆఖ్యాయికలయందుఁ గల సారాంశమును గ్రహించియు, గ్రహింపకముందే వానిని బఠించుట మానివైచి, తార్కిక గ్రంథపఠనాభిరుచియొక్క వ్యసనముచే వానిపై పునకుఁ బరుగులిడుచుందురు.

వానియందొక్క ప్రకరణము నయిన ముగియింపక మునుపే వేదాంతశాస్త్రముల విశేష మేమియో పరిశీలించువారివలె వానిని సయితము పఠింప నారంభింతురు. అట్లారంభించి యందు స్వల్పభాగమును బఠించి వేదాంతము సారశూన్యమైనదనియో, క్లిష్టమయినదనియో సాకులు చెప్పి దానిని మధ్యయందే పరిత్యజించి వేయుచుందురు.

తుదకు వారు గ్రంథములఁ బఠించుటచేఁ గలుగు లాభము హుళక్కియనియు, నేఁటి గ్రంథములయందుఁ దమకుఁ దెలియని విషయము లేమి యుండవనని వ్యర్థప్రసంగము లొనరించుచు నుబుసుపోక, వాచాలురగు మిత్రులతోఁ గూడి లోకాభిరామాయణమును గూర్చి ముచ్చటించుకొనఁ గడంగుచుందురు. ఈనాఁటి విశేష సంఖ్యాకులగు యువ

జనుల గ్రంథావలోకనవిధాన మిట్టి యధమస్థితిని వరించి యున్నది.

చపలచిత్తులగు యువకులు దమ హృదయముల నొక గంటకాలమైన నొక్క విషయపరిశీలనమందు నిలుపఁజాలరు. వారి చంచలచిత్తములు ద్వారద్వారముల కరుగుచుండు భిక్షుకునివలె స్వాతంత్ర్యమును, ఏకాగ్రతను గోల్పోయి యనవసరముగ నానావిషయముల జోక్యమును గల్పించుకొని భ్రష్టస్థితికిఁ బాల్పడుచున్నవి.

చంచలస్వభావులగు నేఁటి చదువరులు స్పృశింపని గ్రంథ మొక్కటియేని గ్రంథాలయముల లభింపఁజాలదనుట వాస్తవము. కాని వారే యొక గ్రంథమందలి సామాన్య విషయమునయినఁ దెలిసియుండనట్టి మూఢస్థితియందుండు చున్నారను నుడువును సత్యమునకు భిన్నమయినది కాదు. కోతిగంతులవలె నటునిటు నిత్యసంచార మొనరించుచుండు చపలచిత్తము గల పాఠకుఁ డెన్ని గ్రంథముల పారాయణ మొనరించినను జ్ఞానమును సంపాదింపఁ జాలఁడు. అట్టివాని పఠనము వివేకమును, బుద్ధిని, వివిధ విషయ జ్ఞానమును, సౌఖ్యానందములను గలిగించుటకు మాఱు విసువును, ప్రయాసను, మనోల్లాసక్షతిని, సమయనష్టమును గలిగించును.

కావున సదా యట్టి చదువరియొక్క చిత్తము చంచలమయి, అస్థిరమయి యొప్పుచుండ బహువిషయస్మరణ భారముచే వానిబుద్ధి నిస్తబ్ధమును, నిర్విణ్ణమును, శిథిలమును నయిపోఁగలదు. యువకులకీ విశ్వమందే వస్తువును వీక్షించి

నను దాని బాహ్యాకృతిని గాంచినంతనే సంతృప్తిఁ జెంది యూరకుండక, అద్దాని తత్త్వమును, ప్రకృతినిగూర్చి చింతించి, తద్రహస్యమును గ్రహించి వివేకమును వృద్ధిఁ గావించుకొను టుచితము.

క్రమపద్ధతి ననుసరించి పఠించుటయు, పఠించిన విషయమును గ్రహింప యత్నించుటయు, గ్రహించినదాని సారము ననుభవించి జీర్ణింపఁ జేసికొనుటయుఁ బాఠకుని ముఖ్యవిధులు. పఠనము జ్ఞానోపకరణములఁ బ్రసాదించును. విషయపరిజ్ఞానము చింతనముచే లభించును. చతుష్పాది జంతు వొకసారి భక్షించిన యాహారమును తిరిగ నెమరు వేయుచుఁ బలుమార్లు నమలుచు సారమును జీర్ణకోశమునఁ జేర్చుచుండు విధంబుననే చర్వితచర్వణము లేనిదే పఠనము యొక్క ప్రభావముచే లభించు జ్ఞానము సుస్థిరమును, ప్రౌఢమును నయి యుండఁజాలదు.

> "It is not what we eat. but what we digest,
> That makes us fat, it is not what we read,
> But what we remember, that makes us learned."
>
> —Fuller.

"మనచే నారగింపఁబడు భోజనము మనల బలాఢ్యులఁ గావింపనేరదు. జీర్ణింపఁజేసికొనఁబడు నాహారమే మనలఁ బుష్టికలవారిగఁ జేయును. అదియేచందమునఁ గారాయణ మొనరింపఁబడు విషయముగాక, స్మృతియం దుంచుకొనఁబడు విషయమే మనుజుని సుశిక్షితుని గావించును."

—ఫుల్లరు.

స్థూలదృష్టితోఁ బఠింపఁబడు విషయ మెట్టి సులభ మయినదయినను బాలకుని మేధాశక్తికిని, గ్రహణశక్తికిని గటువుగను, కష్టసాధ్యముగను జూడఁగట్టఁగలదు. అట్టిదశ యందుఁ బాలకుఁ డెట్టి సహనశీలతను వహించి, గ్రంథమును సాంగముగఁ జదివివేచినను వాని కందలి సిద్ధాంతము లన్నియుఁ గంఠస్థము లయిపోయినను ముఖ్యభావములు దురవగాహములయి, చిత్తము నంటకపోవుటచే వాని కే మాత్రమును బ్రయోజనము గలుగనేరదు.

యువకుఁ డొకఁడు మహారాష్ట్రీయ జాతీయాభ్యుదయమును చారిత్రగ్రంథమును బఠించుచున్నాఁ డనుకొనుఁడు. అట్టిస్థితియం దతఁడు మహారాష్ట్ర సామ్రాజ్య వైభవమును, నాఁటి భారతవర్షముయొక్క పరిస్థితులను, రాజ్యాంగమును, సాంఘికమును ముఖ్యముగాఁ బరిశీలింప వలసియుండును. తొలుదొలుత నతఁ డా మహారాష్ట్ర జాతీయాభ్యుదయమునాఁటి లేఖకులచే వ్రాయఁబడిన చారిత్ర వృత్తాంతములను, విచిత్రఘటనల క్రమమును బాగుగాఁ దెలిసికొని, అనంతరకాలముయొక్క చరిత్రకారుల వ్రాఁతలతోఁ బోల్చి సరిజూచుకొనవలయును.

ఈచందమున యువకుఁడు మహారాష్ట్రుల యభ్యుదయ చారిత్రమును బఠింపమొదలిడి తత్సంబంధములగు వివిధరహస్యములను బరిశీలనాపూర్వకముగ గ్రహించినచో మహారాష్ట్ర చరిత్ర సంబంధమగు సంపూర్ణపరిజ్ఞానమును సులభముగాఁ బ్రాప్తింపఁ జేసికొనఁగలఁడు. ఒక విషయముయొక్క

సమగ్రతత్త్వమును సాకల్యముగఁ బఠించి సాధించువ్యక్తియే యే యుత్తమ గ్రంథమును గాంచినను బెన్నిధిని గాంచు పేదవలె సానందచిత్తుఁడయి దానిపైపునకు లంఘించి దాని యందుఁగల సారమునంతయుఁ బీల్చివేయఁగలఁడు.

సమయసమయమందు యువకులు నానాగ్రంథపరిశీలన మొనరించుచుండవలయును. ప్రతియువకుఁడును బ్రారంభించిన గ్రంథము నొక హద్దునకుఁ జేరు పర్యంతము పఠనము ముగింపరాదు. పంటకాపు యెవఁడేని యొక క్షేత్రమునందు విత్తనములఁ జల్లి, మఱొక్కపొలమునకు బావినుండి నీరుతోడుచున్న జూచువారతని నే మనుకొందురు ? అట్టి యున్మత్తకార్యముచేఁ గలుగునష్టము వర్ణింపరానిది. పాఠకుల స్థితియు గ్రంథావలోకన విషయమున దీని ననుసరించియే యుండుచుండును.

క్రమము, నిబంధనము వ్యవస్థ మొదలగు సల్లక్షణములను గలిగియుండని పాఠకుని మానసమునం దసంబద్ధములును, తలయుఁ దోఁకయు లేనివియును నగు నిరర్థకభావము లనేకములు పొడసూపఁగలవు. తలతోఁకలేని తలంపుల కాటపట్టగు నుల్లమును గలిగియుండు మానిసి మతి చెడిపోవుట కల్ల కాదు. ఆంగ్లేయులు తమబాలురకే సమయమందే యే పనిని సేయఁదగునో, ఆపనినే మనస్ఫూర్తిగఁ జేయు నలవాటును జ్ఞానమును చిన్ననాఁడే కలుగఁ జేయుదురు. ఈ విషయమును పాఠకులు ధ్యానమును గలిగియుందురు గాక!

అస్థిరచిత్తుఁడగు మానవుఁ డొకప్పుడు కవిత్వము నభ్యసింపఁ దలంచి లక్షణశాస్త్రమును బఠించును. మఱొ

కప్పుడు ప్రకృతిపోకళను నేర్వఁదలఁచి యుపన్యసింప మొదలిడును. ఇంకొకప్పుడు రాజ్యాంగము నలవడఁజేసికొని ప్రజానేతయయి చరింపఁజూచును. దరిద్రుని కెక్కుడు కోర్కె లనునట్లు తుద కతఁ డే విషయమునకును గాఁగానివాఁడయి పోవును. అసంఖ్యాకములగు గ్రంథముల నేరీతిగఁ బఠించినను, చేతి కందిన గ్రంథముల నెల్లఁ ద్వరగాఁ జదివి పారవైచుట వలనను జ్ఞానము లభింపఁగలదని బుద్ధిమంతుఁడగు విద్యార్థి భావింపరాదు. అనుభవ సంపన్నుఁడగు నొక గ్రంథకర్త వచించియుండిన నుడువుల నాలింపుఁడు.

సాధారణముగా గ్రంథావలోకనమువైపునకు శిక్షానందముల నిమిత్తమే మానవుని మానసికప్రవృత్తి లగ్నమయి యుండుచుండును. కావున నొకింత ప్రయాసకరముగను, ఒకానొక విశిష్టోద్దేశ్య ప్రేరితముగను నుండునట్టి పఠనమును యువజను లవలంబింపఁ దగును. సౌమ్యమగు మానసికశ్రమచే నంతఃకరణముయొక్క సమస్తశక్తులు విజృంభించుటయు, విశేషోద్దేశ్యముచే ధారణాశక్తి సత్వరవిషయగ్రహణ యోగ్యమగుటయు దటస్థింపఁగలవు.

యథార్థ విద్యాభిలాషియగు యువకుఁడు సముచితాలోచనపురస్సరంబుగ నే గ్రంథమునయినఁ బఠింపఁదగును. ఈ సిద్ధాంతమును గుఱించిన లక్ష్యముగల విద్వాంసుఁ డొక డీరీతి వచించియున్నాఁడు :—

"విశ్వసాహిత్యమండలి పదియవవంతు గ్రంథములనయిన సాంగముగఁ బిరబిరఁ జదివివేయుటకయిన మానవుని

సంపూర్ణ జీవితకాలము సరిపోవదు. కొన్ని గ్రంథములు పఠించుటకు సులభముగా నుండి మానవుని కవసరకాలమందుం దోడ్పడుచుండుటకు యోగ్యములయి యున్నవి. మఱికొన్ని పుస్తకములు సంస్తవపాఠములకును శిష్టాచార ప్రదర్శనమునకును నుపయోగపడం దగియున్నవి. ఉబుసు పోకకు వ్రాయంబడిన గ్రంథముల సంఖ్య మిక్కుటము. యువజను లిట్టి విషయముల నన్నింటి ముఖ్యముగా గమనించి యవసరమని తోంచినచో సామాన్యగ్రంథముల నన్నింటి నొక్కసారి సాధారణదృష్టితో నీపైపునుండి యాపైపునకుం జూచివేయు టుచితము. అట్టి గ్రంథముల నవలోకించుటకుగాను చదువరులు విశేషముగ శ్రమపడ నక్కఱ లేదు.

వ్యాకరణశాస్త్రముగు సిద్ధాంతకౌముదివంటి మానవుని జీవితకాలము నంతయుం గబళించివేయు మహాగ్రంథములను, మనోవికాసకరములగు నాదర్శవిషయములచేం జెన్నొందక యొక్కసారి సరాసరి చూచినంతనే బోధపడంగల సామాన్య పుస్తకములను స్తోత్రపాఠములతో నిండియున్న భట్టుగ్రంథములను గూర్చి యువజనులు విచారింపక, జీవితలక్ష్యములను, ధర్మములను, కర్తవ్యములను బోధింపంగలట్టి యుత్తమ నీతిజ్ఞానప్రాప్తికములును, నైహికాముష్మికశాంతి సౌఖ్యానంద ప్రదాయకములును, మానవుని శ్రేష్ఠమనోవేగముల నుప్పొంగింపం జేయునట్టియు, హృదయముయొక్క పవిత్రమృదుల భావనలం బ్రేరేపించునట్టియు నుత్తమగ్రంథములను సదా శ్రద్ధాళురయి పారాయణ మొనరించుచుండుట శ్రేయస్క

రము. యువకుఁడే యే గ్రంథమును బఠింపవచ్చును ? ఏ యే గ్రంథమును బఠింపరాదను చర్చ నవశ్యము గలిగియుండుట యావశ్యకము. గ్రంథమును నేను ద్వితీయప్రకరణమునందు విశ్వాసపాత్రుఁడగు సుహృద్వరునకుఁ బోల్చియుంటిని. మన చెంతఁ జేరువారిని తియ్యని పలుకులఁ బలుకువారిని, ముఖస్తుతి సేయువారిని, బాహ్యమునకు భద్రపురుషులవలె వేషమును ధరించి యున్నవారిని బాగుగాఁ బరీక్షింపకయే విశ్వసింపరాదని నుడివియుంటిని. అదియేచందమున గ్రంథములు ముద్రితములై యాకృతులందు మనోహరములుగ నుండి, కనుల పండువు సేయుచున్నంత మాత్రమున వానినన్నింటిని నైతిక దృష్టితోఁ బరిశోధింపకయే స్వీకరింపరాదు.

లోనఁ గీటకములఁ గలిగియుండు వికసితపుష్పములవలె, లోపలఁ గ్రుళ్ళిన రసాలఫలములవలె, సర్పములకుఁ దమయందుఁ గాపురము సేయనిచ్చు కేతకీసుమనములవలె, గోముఖవ్యాఘ్రముల పగిది, పయోముఖ విషకుంభములరీతి నుండు మహాదుష్టగ్రంథము లెన్నియో ప్రతిదేశముయొక్క వాఙ్మయమునకుఁ గళంకప్రాయములయి యుండుచున్నవి. శిష్టులను దుష్టులను గలిగియుండుట విశ్వమునకు నైజము. చెడును విడిచిపుచ్చి మేలును బరిగ్రహించుట బుద్ధిమంతుని లక్షణము. దేవుని సృష్టియందలివియేకదా యని మనుజుఁడు కంటఁబడిన సమస్తపదార్థముల స్వీకరింపరాదు; దుష్టులును, స్వార్థాంధులును, కామోన్మత్తులును, మానవాధములును నగు వికటకవులచే విరచింపఁబడిన కుగ్రంథము లెన్నియో విశ్వసాహిత్యమునఁ గాననగుచున్నవి.

అట్టి యధమగ్రంథముల స్పృశించువ్యక్తి మంత్రిముగ్ధునివలె వానియందున్న కామకేళాలసోద్రేకకములగు దుర్విషయములచే నాకర్షింపఁబడి చరిత్రభ్రష్టుఁడయి సర్వనాశనమునకు గుఱియగుట నిక్కవము. దుష్టుఁడగు మానవుని చెలిమికంటె నీతివిరుద్ధమగు గ్రంథముయొక్క పొత్తు కడు భయంకరమయినది. దుష్టునిబారినుండి తన్నుఁ దాను సంరక్షించుకొనుట మానవునికొకింత సులభసాధ్యమే యగుఁగాని దుష్టగ్రంథపఠనవ్యామోహనమునకు వశుఁడైన మానవుఁడు తన్మాయాజాలమునుండి విమోచనమును బడయఁగలుగుట కరము కష్టసాధ్యము.

ప్రాచీనోన్నత మహాత్ముఁడు దుష్టగ్రంథముయొక్క స్నేహమును దుష్టునితోడి సాంగత్యముకంటెఁ గడు భయంకరముగ వర్ణించి, గ్రంథము లేవి మిత్రత్వమునకును, శత్రుత్వమునకును పాత్రములో విచారించి స్వీకరించుఁడని చదువరుల హెచ్చరించియున్నాఁడు. పలు పలుకు లేల? మిత్రాన్వేషణమున మానవుఁడు వహింపవలసిన శ్రద్ధయే సద్గ్రంథపరిశోధనమందును గలిగియుండ బాధ్యుఁడగుచు యున్నాఁడు.

కం॥ మిత్రత్వము శత్రుత్వముఁ
బాత్రతయు నపాత్రతయును • బరికించు సుచా
రిత్రుఁడు చిరతరగణనా
సూత్రితముగ దాన నెల్ల • శుభముల నొందున్.

—మహాభారతము.

మనోహరముగనున్న మల్లికా నికుంజమున విలోకించి ముగ్ధుఁడయి యందుఁ గాలిడిన వ్యక్తిని గాలభుజంగిని

కలిచునట్లు బాహ్యమునకు సౌమ్యముగను, సుందరముగను, పవిత్ర నామాంకితముగను నున్న గ్రంథమునుగూర్చి విచారింపకయే స్వీకరించువాని జీవితము నానుష్టగ్రంథము కష్టములపాలొనరించును. ప్రయోజనము మాలిన నీరస గ్రంథములఁ బఠించుచుండుటచే యువకుని యమూల్యమగు జీవితకాలము కుఱుచ యయిపోవ వాని నెత్తిపై నన్నియో కార్యభారము లుండిపోవును. కావున యువకులు నిష్ప్రయోజనకరములగు గ్రంథములవైపు కన్నెత్తియుఁ జూడకుందురుగాక!

వాఙ్మయమునందుఁ గల యుత్తమగ్రంథములన్నియు మూఁడు శ్రేణులుగ విభజింపఁబడుచున్నవి. దేశచారిత్రములు, తదంతర్భాగములగు మహాపురుషుల జీవితములు, తదుపదేశములు, మొదటితెగకును - అశ్లీలములు కానట్టి మహాకావ్యములు, ఖండకావ్యములు, దృశ్యశ్రవ్యకావ్యములు, గద్య పద్యాత్మకములగు ప్రబంధములు, విమర్శన గ్రంథములు రెంగవ తెగకును, మతధర్మ వేదాంత నీతిగ్రంథములు మూఁడవ తెగకును జెందుచున్నవి.

ఈ మూఁడు శ్రేణులకుఁ జెందిన గ్రంథములే కాక, అర్థశాస్త్రము, వృక్షశాస్త్రము, వ్యవసాయశాస్త్రము, రసాయన శాస్త్రము, జంతుశాస్త్రము, పదార్థవిజ్ఞాన శాస్త్రము, ఖగోళశాస్త్రము, భూగోళశాస్త్రము, వైద్య శాస్త్రము, శిల్పశాస్త్రము, తర్కశాస్త్రము, సంగీత శాస్త్రము, పాకశాస్త్రము, ఆరోగ్యశాస్త్రము మొదలగు బహువిధములగు నుత్తమ పఠనీయ గ్రంథము లెన్నియో ప్రతిదేశముయొక్క సారస్వతమునందును గాననగుచున్నవి.

ఈ గ్రంథములేకాక నేఁడు నవలలనియు, కథలనియుఁ గొన్ని గ్రంథములు వ్రాయఁబడుచున్నవి. ఇవి యాఖ్యాయికోపాఖ్యానము లనుపేరఁ బద్యప్రబంధముల వెలయుచున్నవియే కాని నూతనముగా వచ్చినవిమాత్రము గావు.

ప్రశస్తములని పేర్కొనఁబడిన గ్రంథములలో యువజనసంఘాభ్యుదయమునకుఁ దొలుతఁ బేర్కొనఁబడఁదగినవి మహాపురుషుల జీవితచారిత్రములు. ఇయ్యవి నిక్కముగ జీవితాభ్యుదయమునకును, వికాసమునకును, మహాపురుషత్వ సిద్ధికిని, నిష్కళంకచారిత్రనిర్మాణమునకును, కర్మయోగసారప్రాప్తికిని ముఖ్యసాధనములు.

మహాపురుషుల చారిత్రములు భక్తిజ్ఞానములకు నిదర్శనములు. ఆత్మజ్ఞానమునకును, కర్మయోగసాధనప్రశస్తికిని, లోకసేవకును, విశుద్ధవిశ్వప్రేమకును నవి పట్టుఁగొమ్మలు.

"Lives of great men all remind us
We can make our lives sublime
And departing, leave behind us
Foot prints on the sands of time."

—Longfellow

"మహాపురుషుల జీవితములు మనలకు నభ్యుదయమును బడసి కాలమను నిసుకనేలపై పదచిహ్నములను విడిచిపోవు మార్గము నుద్బోధించుచున్నవి."

"తే॥ గీ॥ తమ చరిత్రల నుత్తమోత్తమములుగను
జేసికొనఁ గోరువారల చిత్తములకు

నెదుట నాదర్శకములయి • బాదలు చుండు
ధర మహాత్ముల సచ్చరిత్రములు మనస."

యువజనులు గ్రంథావలోకనము నిమిత్తము ప్రత్యేక పఱచికొనియున్న సమయమందు విశేషభాగమును మహా పురుషుల జీవితచారిత్రములను పారాయణ మొనరించుట యందే వినియోగింతురుగాక !

మానవుని సౌమ్యప్రవృత్తులకు నుద్రేకమును గలిగింప నట్టియు, ప్రశాంతమగు నాధ్యాత్మిక జీవితమునం దెట్టి కల గుండు నొదవింపనట్టియు, వివేకశీలములం బోషింపనట్టియు, సదాచార నీతిజ్ఞానముల నుదయింపఁ జేయునట్టియు గ్రంథము లేరూపమునందున్నను నవశ్యపఠనీయములె.

ప్రశస్తములగు గ్రంథముల నుత్తమకవీంద్రుల పవిత్రా త్మలందు విరాజిల్లునట్టి జీవనశక్తి పాఠకలోకమునకు లభ్యము కాఁగలదు. ఆదర్శగ్రంథములందు వాని రచయితల విశాలో దారహృదయములయొక్కయు, పరిష్కృతి సుసంపన్నబుద్ధి వివేకములయొక్కయు నమృతమయసారము పాఠకలోకము నిమిత్తము భద్రపఱచఁబడి యుండును. తద్దివ్యమగు సారమును సేవించుటచేఁ బఠనశీలురగు పురుషుల యంతఃకరణముల స్వర్గీయ జ్ఞానశక్తిసంచారము కలుగ నారంభించును.

సుప్రసిద్ధాంగ్లకవీంద్రుఁడగు మిల్టను శ్రేష్ఠములగు గ్రంథ ములసంఖ్య విశ్వసాహిత్యమున మిక్కిలి స్వల్పముగ నున్న దని వచించియున్నాఁడు. ఆతఁడు గ్రంథావలోకనమును మానవుని పవిత్రకర్తవ్యములలోని కెల్లఁ గడు ముఖ్యమని

వచించియున్నాఁడు. అతఁడే విధమయినట్టి గ్రంథమును బ్రచురించుటకు నే దేశప్రభుత్వమును బ్రతిబంధకమును గలిగింపరాదని నుడివియున్నాఁడు. దుష్టశిష్టభేదములేక సమస్తవిధగ్రంథము లచ్చొత్తింపఁ బడవలయుననియు, మానవుఁడు సమస్త గ్రంథములఁ బఠించుచు, బాగోగులఁ బరిశీలించుచు సత్యాన్వేషణ మొనరింపఁదగుననియు మిల్టనుకవీంద్రుని యుద్దేశ్యము.

అతఁడు తన గ్రంథమునం దొకచోటఁ బఠనమునుగూర్చి తన యభిప్రాయము నీరీతిఁ బూర్ణముగా వెల్లడించి యున్నాఁడు.

"మహాపురుషులు తా మాస్తిక శిరోమణు లయి యుండియు నాస్తికులచే వ్రాయఁబడిన గ్రంథములనయితము సత్యపరిశీలనా బుద్ధితోఁ బఠించుచుందురు. ఒక నగరమున సర్వాత్ముఁడును, సాధుసత్తముఁడును నగు భద్రమానవుఁడు కలఁడు. అతని విషయమును నేను బాగుగా గుర్తించి యుంటిని. ఆ మహనీయుఁడు త్రికరణములఁ బాపచింతనమును, పాపమయ భాషణమును, పాపాచరణమును వర్జించి యుండెను. అతని కొకతూరి విశ్వమునందు నే నెట్టి విషయములనుగూర్చి విచారింపఁదగునా యను సందేహము వొడమెను.

అతఁ డా సమువున సందేహపీడితుఁడయి యుండు నంత స్వప్నమం దొక యశరీరవాణి సాధుపుంగవా! నీకు లభించిన సమస్తగ్రంథముల సందేహశూన్యుఁడవయి పఠించివేయుము. నీబుద్ధి సత్యము నన్వేషించుటకును, ధర్మమును నిర్ణయించుట

కును, విశ్వమందలి ప్రత్యంశమును సరిగాఁ బరిశోధించుటకును యోగ్యమయి యున్న దని పలికెను. పర్యాలోచనమున కభ్యస్తుఁడయి యుండు మానవోత్తముఁడు లోకమందలి సమస్త విషయముల విలోకించుచుండును. కాని యతఁడు లోచన గోచరములగు వాని నన్నింటి స్వీకరింపక సద్విషయములనే పరిగ్రహించుచుండఁగలఁడు."

తిరిగి మిల్టను కవీశ్వరుఁడు తన గ్రంథమునం దిం కొకచో నీకరణి లిఖించి యున్నాఁడు.

"విశుద్ధచారిత్రుఁడగు మానవున కీ విశ్వమందలి సమస్త పదార్థములు పవిత్రములుగనే గోచరించుచుండును. మానవుని యంతఃకరణము పరిశుద్ధమయి యున్నచో వాని నెట్టి దుష్ప్రకృతియు, దూషితవాతావరణమును, కుగ్రంథములును భ్రష్టు నొనరింపఁజాలవు. గ్రంథములు భోజన పదార్థములవంటివి. అందుఁ గొన్ని మంచివియును, మఱి కొన్ని చెడ్డవియు నుండుచుండును. మానవులు తమ యభిరుచి ననుసరించి వానినుండి కొన్నింటినిమాత్రమే స్వీకరించుచుందురు. జీర్ణశక్తిని గోల్పోయిన వాని కాహారము యొక్క మంచి చెడుగులతో నిమిత్త మేమి యుండును? అదియేచందమున దుష్ప్రకృతి కలవారికి సర్వోత్తమములగు గ్రంథములు పూర్ణోపయోగకరములు కాఁజాలవు.

గ్రంథములందును, ఆహారపదార్థములందును, విశేషమగు తారతమ్యము కలదని ప్రాజ్ఞులు పరిహసింపవచ్చును. అది సత్యమే. నికృష్టమగు భోజన మతిస్వస్థ శరీరమునయినఁ బోషింపఁజాలదు. కాని నీచములగు గ్రంథములు పర్యా

లోచనాశక్తి సంపన్నులగు వివేకధురీణులకు యథార్థవృత్తాంతముల నిర్ణయించుటకును, దుష్టవిషయముల ఖండించుటకును, దుష్టప్రకృతినుండి సావధానముగ నుండుటకును, దృష్టాంతముల నొసంగుటకును దోడ్పడఁగలవు. ”

మిల్టను కవీంద్రుని గ్రంథములను గూర్చిన యీ మతము సర్వజనాచరణయోగ్యము కాఁజాలదు. ద్వంద్వ ప్రపంచమును సమ్యగ్దృష్టితో వీక్షింపఁ గలిగినట్టియు, వీతరాగియు, మహాత్ముఁడును, జీవన్ముక్తుఁడును నగు పురుషోత్తముఁడే మిల్టను కవీశ్వరుని కథనానుసారముగఁ గీడును గూర్చి చింతించియు, ఆలకించియు, విలోకించియుఁ దన మానసమును నిశ్చలముగను, నిర్వికారముగను నుంచుకొనఁ గల లోకోత్తర ప్రతిభావిశేషమును గలిగియుండఁగలఁడు.

కాని సామాన్యమానవునిచే నిట్టి కార్య మాచరింపఁ బడఁజాలదు. నవయువకులగు విద్యార్థులయెడ మిల్టను కవి యొక్క వచనములు హానిప్రదములయి వర్తింపఁగలవు. ఇట్టి యుద్దేశ్యములఁ గలవా రెందరో విదేశములందు గలరు. కాని మనదేశమునం దనాదికాలమునుండియు విద్వాంసులు కీడును ముట్టరాదనియే వచించుచు వచ్చి యున్నారు. కీడును జేఁబట్టి విచారించి విసర్జించుట మంచిదియే కావచ్చును. కాని యది యసంభవము. సర్వజనీనములు కాని సిద్ధాంతములను గూర్చి ప్రసంగించుట విద్యార్థులకు శ్రేయస్కరము కాఁజాలదు.

ప్రకృతియందలి మంచిచెడ్డల రెంటి నన్వేషించుటయే నేటి విమర్శనకు ముఖ్యలక్షణముగ నున్నది. యథార్థముగ

విమర్శకుఁడు వీతరాగి కాఁడేని సత్యమును బరిశీలింపఁ జాలఁడు. మిల్టను కవీంద్రునిచే వచింపఁబడిన విశుద్ధచారిత్రు లీ విశ్వమండలమందు వ్రేళ్ళపై లెక్కింపఁ దగియున్నారు. బాల్యమాదిగ మనలఁ గీడువైపున కాకర్షించు వివిధములగు దుష్టప్రవృత్తులు బాధించుచుండుటచే నీ విశ్వమందే యే వస్తువులు పవిత్రములో, ఏవి యపవిత్రములో గ్రహింపఁజాలకున్నారము.

దుష్కృతముల యొక్కయు, దుర్భావముల యొక్కయు సంసర్గముచే భ్రష్టత్వమునకుఁ బాల్పడని యనాసక్తుఁడు, స్థితప్రజ్ఞుఁ డీ ప్రపంచమునఁ గోటి కొక్కఁ డయిన నుండు టరిది. ఎంతటి బుద్ధిమంతుఁడయినను, పవిత్రచరిత్రుఁడయినను సముద్రపు టొడ్డున నుండు బిడ్డవలె దుష్టగ్రంథపఠనముచే నవశ్యము పతితుఁడగును.

వేశ్యాసాంగత్యము కంటె, మద్యపాయియొక్క మైత్రి కంటె, జార చోర హంతకుల స్నేహముకంటె దుష్టగ్రంథపారాయణము తక్కువ హానికరమయినది కాదు. యువకుల జ్ఞాన మాన ధన జీవితములఁ గబళించి వేయఁగల దుష్టగ్రంథము లెన్నియో ప్రపంచమునఁ గలవు. దుష్టగ్రంథములయందు గ్రంథక ర్త లెన్నివిధములగు చమత్కారములను బ్రదర్శించియున్నను, మధ్యమధ్య నీతు లెన్ని వ్రాసియున్నను వానియందు సందర్భానుసారముగ వర్ణింపఁబడు కామరసపూరితములగు నశ్లీలశృంగారవిషయములు పాఠకుల చిత్తముల కుద్రేకమును, విషయవాంఛలను గలిగించి తీరును. గ్రంథము లనేకములు కామలాలసలను, భోగ

విలాసములను ప్రేరేపించు దుర్విషయములతోడను, నీతి మాలిన స్త్రీపురుషుల వ్యామోహాంధములగు నీచప్రసంగములతోడను, నిండియుండి పాఠకుల చిత్తముల నాకర్షించి వారి జీవితములఁ గామాగ్ని జ్వాలల కర్పించివేయుచున్నవి.

దుష్టగ్రంథములఁ బఠింపరా దను మాట యెఱుంచి సంస్మరింపనయినఁ గూడదు. యువజనులు గ్రంథాలయముల కరిగినపుడు సదా హస్తమున కందిన గ్రంథములనెల్లఁ ద్వరపడి పఠింపరాదు. పవిత్రములగు గ్రంథము లేవి? నిషిద్ధములగు నీచగ్రంథము లేవి? యను ప్రశ్నను గూర్చి దీర్ఘముగా విచారింపవలయును. పాపమయదృశ్యముల నవలోకింపఁ దగని విధంబుననే కలుషితభావములతో నిండియున్న పొత్తములను సయితము చదువరాదు. మన వాఙ్మనఃకర్మలఁ గావింపఁబడు సమస్తపాపములకు మనమే బాధ్యులముగా యున్నారము.

పఠనము చిత్తసంస్కారమునకు సంబంధించినది. సద్గ్రంథ పఠనము సద్వ్యాపార మను పేరఁ జిత్తసంస్కారమునకు మూలమగుచున్నది. దుష్టగ్రంథపారాయణము దుర్వ్యాపార మగుటచేఁ జిత్తచాంచల్య జాడ్యమునకుఁ గారణమగుచున్నది. ప్రసిద్ధ నవలాకారుఁడగు స్కాటుదొరగారు తన యవసానకాలమునం దిట్లు నుడివియుండెను.

"నా జీవిత నాటకముయొక్క యంతిమదృశ్యము సమీపించినది. నే నింక విశ్వరంగస్థలము నుండి స్వల్ప కాలమునందే యంతర్హితుఁడనయి పోవుదును. సమస్త జనరాసుల జీవితపర్యవసాన మిదియె. మానవుఁడు మాత్ర

గర్భమునుండి యిహలోకమునఁ బ్రవేశించునపుడు వెంటఁ గొనివచ్చు పదార్థము లేవియుఁ గానరావు. దేహమును బాయునపుడు తోడఁదీసికొనిపోవు వస్తువులును హుళిక్కియే.

"We brought nothing into this world, and it is certain we can carry nothing out."

"మన మీ ప్రపంచమునకుఁ దెచ్చినదియు లేదు. తీసికొని పోవునదియుఁ గానరాదు."

మానవుఁ డైహికలీలలఁ జాలించి పరలోకమునకుఁ దరలిపోవునపుడు వాఁడు నలదన్నను బలాత్కారముగ వెంటాడు పదార్థములు రెండే కలవు. అవి యేవన: స్వయంకృతకర్మల పర్యవసానములగు పాపపుణ్యములు. నా దేహమందిరమునుండి జీవుఁ డదృశ్యుఁడయి పోవుటకుఁ బూర్వమే నే నొనరించియుండిన సుకృతములఁ గూర్చి విచారించు టావశ్యకము.

బాల్యమాదిగ జీవనోపాధికి నే నవలంబించియుండిన వృత్తి గ్రంథరచనము నాచే విరచితమయిన గ్రంథ మేదేని ప్రపంచమందలి యొక్క మానవుని పవిత్రాంతఃకరణమున దుర్భావము నుదయింపఁ జేసియున్నచో నేను మహాపాపాత్ముఁడనే యగుదును. నేను లేఖినిని హస్తమున వహించిన నాదిగ నేఁటిదనుక వ్రాసియుండిన గ్రంథములలో నే యొక్కటియు నే మానవుని ధర్మవిశ్వాసమును, స్థిరబుద్ధిని జలింపఁ జేసి యుండలేదు.

నా గ్రంథములు వివిధములగు కథలతోడను, కల్పిత చమత్కారములతోడను, వింతలతోడను నిండియున్నను నవి

మనుష్యసంఘముయొక్క సదాచారనీతులను, పవిత్రసిద్ధాంతములను, ఆదర్శజీవితమును దూషితమొనరించి యుండనందులకు నే నత్యంతము భాగ్యవంతుఁడను. మానవుఁడనై జన్మించి గ్రంథరచనావృత్తి నవలంబించి, పాఠకలోకముయొక్క ధార్మికజీవితమున కొక విధమగు ప్రకాశమును గలిగించి యుంటినని నుడువుట కెంతయు హర్షించుచున్నాఁడను.

నా గ్రంథములయం దెచ్చోటను మరణశయ్యాగతుఁడ నయియున్నట్టి దశయందుఁ దుడిచివేయఁ గోర్కె నొదవించు నట్టి దూషితవిషయమును వ్రాసియుండలేదు. నే నీశ్వరుని సమ్ముఖమునఁ బాఠకలోకోపకారిగ సన్మానింపఁబడుదునే గాని, పాఠకలోకాపకారిగ దండింపఁబడనను టది ధ్రువము. కావున నే నాత్మపశ్చాత్తాపమును జెంద నక్కఱ లేక నే నిశ్చింతగా దేవుని దివ్యసన్నిధిని జేరుకొనవచ్చును."

స్కాటుదొరగారి పవిత్రోద్దేశ్యము నీతివిరుద్ధమగు గ్రంథమును విద్వాంసులు రచింపరాదనియు, ఒకవేళ దుష్టులట్టి గ్రంథముల విరచించినను విద్యార్థులు వాని నవలోకింపరాదనియు నని స్పష్టపడుచున్నది. నవయువకులగు విద్యార్థులీ దొరగారి జీవితావసానకాలమందలి గంభీరములగు వాక్యార్థములను గ్రహించి, మృత్యుశయ్యపైఁ బడి యున్నపుడు విచారమును గలిగించునట్టియు చిత్తమునకు శాంతి నొడఁగూర్పనట్టియు నీతివిరుద్ధములగు గ్రంథములఁ బఠింపకుందురుగాక! ప్రతి యువకుఁడును వ్యభిచారదోషముకంటె నీతివిరుద్ధమగు గ్రంథపారాయణదోషము శతగుణాధికమైనదని గ్రహింప హెచ్చరించుచున్నాఁడను.

మన యాంధ్రభాషయందు గత పంచదశవత్సరముల కాలములోవిశేషముగఁ బ్రచురింపఁబడినవి నవలాగ్రంథములు. అంతకుఁ బూర్వ మాంధ్ర వాఙ్మయమున ముద్రాక్షరశాలలకు ముందంజవేసినవి నాటకములు. కాలచక్రము ననుసరించి క్రిందు మీఁదును, మీఁదు క్రిందును నగుచుండ, నాగరికత తారుమారగుటయం దాశ్చర్యమేమి? ఒకప్పుడు వాఙ్మయమున మతగ్రంథములు ప్రభుత్వ మొనరించియుండినవి. కొంత కాలమున కవియు నాగరికత హెచ్చ మానవకోటికి నీరసములుగఁ దోఁచినవి.

అటుపిమ్మట ప్రబంధములు వెలసినవి. కొంతకాలమున కవియు వెగటుఁ బుట్టింప రూపకములు తలలెత్తినవి. అవియుఁ బ్రాఁతఁబడ మన పురాణాదులందుఁగల యాఖ్యాయికల వంటి గ్రంథములు విదేశీయసాంప్రదాయము ననుసరించి (Novels) నవలలనుపేర (Vernacular languages) దేశీయ భాషలయందన్నింటఁ బ్రబలినవి. నవలాపఠనాభిరుచి తెలుఁగువారియందు మిక్కుటము కాఁజొచ్చినంతనే విజ్ఞానచంద్రికా గ్రంథమండలివంటి సుప్రసిద్ధ జాతీయగ్రంథ ప్రచురణసంస్థ నవలాగ్రంథరచన కయిదువందల రూప్యముల భూరివారితోషికమును సహితము నిశ్చయించి యుండినది.

మంచిలి ప్రచురించియుండిన నవలలలో నీతిని, మానవ పుణ్యజీవితాదర్శమును దూషితమొనరించునట్టి వృత్తాంతము లెచ్చటను నున్నట్లే కానరావు. వారి నవలాప్రచురణములలో సినులాదేవివంటి గ్రంథము వివిధధర్మములను, నీతులను నానా సందర్భముల బోధించుచున్నయది.

కావ్యనిధి యగు చెలికాని లచ్చారావు కృతమగు నవల పుటలసంఖ్యకుఁ జిన్నదే యయియుండినను నీతికని, జ్ఞానమునకును, హితోపదేశములకును నిధియయి వెలయుచున్నదని వచింపక తప్పదు. అందుఁ గవి ప్రతిపాత్రముఖంబునను వివిధవ్యాజంబుల మానవుని యాదర్శజీవిత రహస్యముల వెల్లడించియున్నాఁడు. ఆతఁడు చమత్కారయుతముగ నితివృత్తమును సాధనముగఁ గొని పాఠకలోకముయొక్క యాత్మజీవిత సంస్కరణమున కుద్యమించియున్నాఁడు.

ఇట్టి నవలాగ్రంథము లాంధ్రభాషయం దెంతగ వెదకినను లభించుట కష్టము. రవీంద్రనాథ వంగభాషాకవీంద్రుల శరణుఁజొచ్చిన మన కట్టి యాఖ్యాయికలకుఁ గొదువ యుండనేరదు. రవీంద్రుని గోరా యను నవల పాఠకప్రపంచమునకుఁ బోధింపఁగల సాంఘిక నీతిని, ఆధ్యాత్మిక జీవిత రహస్యములను, ధర్మసందేహ నివారణములను, మనోహరములగు భావములను, కథాచమత్కారమును సామాన్యముగ నొక ధర్మశాస్త్రమేని బోధింపఁజాలదని నుడువుట కెట్టి యభ్యంతర ముండనేరదు. రవీంద్రుని నవలాగ్రంథము లన్నియు మానవ జీవితలక్ష్యమునే పురస్కరించుకొని రచింపఁబడి యున్నవి.

అగ్రగణ్యప్రాయమగు నిట్టి నవలారచనాపద్ధతి యాంధ్రాఖ్యాయికా రచయితలయందు బొత్తిగఁ గానరాకున్నది. మాతృమందిరము వంటి నవలా గ్రంథము పాఠకలోకమునకు దేశభక్తిని, మాతృభక్తిని భ్రాతృస్నేహమును, విశుద్ధప్రేమ వాత్సల్యమును బోధించుచున్నది. స్వదేశభక్తిని, ధర్మాసక్తిని, నీతిపరాయణతను బోధించు నవలలు మహారాష్ట్ర

భాషయందున్న రీతి మన తెలుఁగుభాషయందుఁ గానరా కుండుట శోచనీయము.

నేఁ డాంధ్రభాషయందు మిక్కుటముగాఁ గానవచ్చు గ్రంథములయందు విశేషసంఖ్యాకములు నీతిశూన్యము లనియే నిస్సందేహముగ నుడువవచ్చును. అశ్లీలములగు పద్యముల తోడను, కామభావాయత్తములగు నాయికా నాయకుల నింద్య ప్రసంగములతోడను, నీతిశూన్యమగు స్వార్థాంధలక్ష్యముతోడను నిండియున్న నాటకములు, కథల పుస్తకములు నేఁడు కామదేవుని ప్రియపరిచారకులగు కుక వులచే విరచింపఁబడి, ముద్రాయంత్రముల కృపచే నచ్చొ త్తింపఁబడి, గ్రామములందలి సాధువులగు కృషీవలుర గృహములఁ జేరి దేహకష్టముచే విశుద్ధ స్వతంత్ర జీవనమును గడపనేర్చు వారి సంతానములఁ జరిత్రభ్రష్ట మొనరించివేయు చున్నవి.

బుద్ధసుధబోధవంటి నాటకములును, వీరేశలింగకవి కృతములగు ప్రహసనములును బోలు జ్ఞానబోధకములగు గ్రంథములును దేశకల్యాణమున కపేక్షణీయములు. మానవుని చిత్తప్రవృత్తుల నుద్రిక్తములు గావించి, వాని ప్రశాంతమగు స్వాంత మందుఁ గామలాలసల నావిర్భవింపఁజేయు గ్రంథ మెట్టివానిచే విరచింపఁబడినను బరిత్యాజ్యమే యను సిద్ధాంతమును యువకు లెల్లరు తమప్రాణములకంటె నధిక ప్రేమాస్పదముగ సన్మానించుచుండవలయును.

గ్రంథకర్త విశుద్ధహృదయుఁడును, ఉన్నతాశయ సంపన్నుఁడును, జ్ఞానానుభవయుతుఁడును గాని పక్షమున

మూర్తీభవించిన వాని హృదయరూప మనఁదగు గ్రంథము సయితము మట్టిదే యయియుండునుగాని యన్యమెట్లు గానేర్చును ! ఒకప్పుడు మన భారతీయపండితులు సాధారణ ప్రపంచమును సయితము విజ్ఞానముచే రంజింపఁజేయుచు నుద్ధరింపఁదలంచి యొకింత క్లిష్టములు గానున్న ధర్మ జ్ఞాననీతి విషయముల నాఖ్యాయికోపాఖ్యానములుగను, నీతికథలుగను రచించుచుండెడివారు.

ఇతిహాస గ్రంథమగు మహాభారతమున గద్యపద్యాత్మకముగ విరచితమయియున్న సావిత్ర్యుపాఖ్యానమును వీక్షింపుఁడు. అందు మూఢునిహృదయమునకు సైతము బోధయగునట్లు మద్రదేశాధీశుఁడగు నశ్వపతిభూపాలుని యొక్కయు, అతని తనయయగు సావిత్రియొక్కయు, సాళ్వదేశాధిపతియగు ద్యుమత్సేన ధరణీధవుని యొక్కయు, ఆతని ప్రియతనూభవుఁడగు సత్యవంతునియొక్కయు వివిధవృత్తాంతములు మనోహరమగు సులభశైలిలో వర్ణింపఁబడియున్నవి. ఈయుపాఖ్యానముయొక్క ప్రతిపాత్రయుఁ బాఠకలోకమున కపారమగు నీతిపాఠమును గఱపుచున్నయది. సూక్ష్మమగు దృష్టిని బ్రసరింపఁజేయవలసిన యగత్యము లేకుండఁగనే, స్థూలదృష్టికి సయితము కడు హృదయాహ్లాదకరముగ గోచరించునట్లు కవి యీ యుపాఖ్యానముయొక్క యితివృత్తమును సృష్టించియున్నాఁడు.

ఆతఁడు కథాకథన సందర్భముననే పాఠకలోకమునకు, మానవుని కీషణత్రయములోఁ బుత్రేషణ విశేషముగ నుండునను భావమును మద్రదేశరాజదంపతుల యుపవాసో

పాసనా వ్రతదానాదికముల వ్యాజమునఁ జక్కఁగాఁ జిత్రించి యున్నాఁడు. సావిత్రి తమగర్భమున జనిమించినపిమ్మట రాజ దంపతు లా సువర్ణవిగ్రహము నల్లారుముద్దుగఁ బెంచుట, జననీ జనకుల విధ్యుక్తధర్మములచేఁ బ్రేరేపితులయి, అశ్వపతియు తన్మహిషియుఁ గడుశ్రద్ధతో సావిత్రికి విద్యా బుద్ధి సుగు ణాదికములఁ గఱపుట, కఱపించుట, గురుజనులయెడ వినయ విధేయతలను, దేవునియెడ శ్రద్ధాభక్తులను, పిన్నలయెడ విశు ద్ధానురాగమును, దీనులపట్ల పరమకారుణ్యమును గలిగియుండు విధమును బోధించుట-మొదలగు వివిధవిషయములచేఁ గవీశ్వ రుఁడు లోకముయొక్క సమస్త జననీజనకులకు నాదర్శమాతృ పితృధర్మములను, సంతానపోషణసంస్కరణబాధ్యతలను స్పష్టీ కరించి యున్నాఁడు.

సావిత్రి కెలజవ్వనము పొడసూపినంతనే మద్రదేశాధి పతి యాయమ్మను మేటిమగఁటిమిగల రాజకుమారున కొసంగి పెండ్లిసేయ నిశ్చయింప, సుగుణరాశియనియు, సదాచార నీతిధర్మయుతుఁడనియు, సత్యసంధుఁడనియు నారదునిచే నాల కించిన సాళ్వనృపాలుని యేకపుత్రుఁడగు సత్యవంతుని సావిత్రి స్వాంతమున వరించుకొనిన ఘట్టము కవి సమస్తలోకాదర్శ ప్రాయముగ నిర్మించియున్నాఁడు.

వివాహమయిన పదప సత్యవంతుఁ డొక్క సంవత్సర కాలమే జీవించుననియు, ఆతని మాతాపితలు గ్రుడ్డు దీయిం పఁబడి శత్రురాజులచే రాజ్యమునుండి వెడలనడుపఁబడ, వారి నరణ్యములం దిడికొని, కందమూలాదులచే సత్యవం తుఁడు పోషించు బాధ్యతఁ గలట్టి గర్భదరిద్రుఁడయి యున్నాఁ

డనియు, ఆతని నుద్వాహమాడిన యొక వర్షమందే నిర్బంధ చిరవైధవ్య దుఃఖవారాశిని బడి మునుఁగుచుఁ దేలుచు నుండ వలసివచ్చుననియు రాజదంపతులును, గురువులును, నారద మహర్షియు, సఖీజనమును నెంతగా బోధించినను పరమసాధ్వీ లలామయగు సావిత్రీ శ్రీముఖంబునఁ గవి చెప్పించియుం
సిన సద్వాక్యములన్నియు సకలలోకాదర్శకములయి యున్నవి.

సావిత్రీదేవి రూపవంతుఁడును, రాజ్యాభిషిక్తుఁడును నగు క్షత్రియకుమారునే వరుని గావింప యత్నించు మాతా పితల నుందలించినవిధము లోకమున కతిగంభీరమగు నీతి పాఠమును బోధించుచున్నయది. సావిత్రి సుగుణముల నపే క్షించి, శాశ్వతదుఃఖము ననుభవించుటకు సమ్మతించి, ద్వాదశ మాసాయుష్మంతుఁడగు సత్యవంతు నుద్వాహ మాడ సన్నద్ధమగుచుండుట కెంతయు విచారించుచుండు రాజదంపతుల కీరీతి నుద్బోధించి యుండెను.

"జననీజనకులారా! వయోవృద్ధులగు మీరు నాకంటె జ్ఞానానుభవమునం దాధిక్యతను వహింపవలసిన వారలయి యుండ నిట్టి యవ్యక్తమునకును, వ్యామోహమునకును వశు లగుచుండు టేటి న్యాయము? సుగుణములేని, జ్ఞానములేని భూపాల కుమారుఁడు మీకు జామాతయగుట యెంతలజ్జా కరము! గుణహీనులగు వేవురు కుమారులకన్న గుణశీలుఁడగు నొక నందనుఁడే శ్రేష్ఠుఁడనియు, అగణితములగు గులకఱాళ్ళ కంటె నొక్క రత్నము పూజ్యమనియు, గుణవంతులగు మానవులయందు గుణహీనుఁడు రాజహంసలమధ్యనుండు బకమువలె శోభింపఁ జాలఁడనియు, సుగుణములు లేక

జ్ఞానశూన్యుఁడయి, శతవత్సరములు భువి మనుటకంటె మనుజుఁ డొక్క సంవత్సరకాలమయిన సజీవుఁడయియుండు టు త్తమమనియు, ధనము మోక్షమునకును, దారిద్ర్యము నిరయమునకును హేతుభూతములు గావనియు, ఈ రెండు నస్థిరములనియు నాబాల్యమందు మీరును మదీయాచార్య స త్తములును బోధించియున్నారు.

నేను నీతిశాస్త్రములఁ బఠించియుండిన మహోపదేశ వాక్యములఁ ద్రోసిపుచ్చఁజాలను. వివాహము మనస్సంబంధ మగు ప్రణయసూత్రము. ఇయ్యది ధార్మికమగు నొక యు త్తమ సంస్కారము. భౌతికదృష్టియం దుద్వాహ మొక సామాన్య పదార్థమే కావచ్చును. కాని నైతికదృష్టియం దది యొక మహ త్తరమగు పవిత్రకార్యము. కావున నేను మనఃపూర్వక ముగా గుణవంతుఁడును, సత్యసంధుఁడును నగు సత్యవంతుని వరించియున్నదాన.

అట్టి మహానుభావునిఁ జెట్టఁబట్టుటచే నాజీవితము ధన్యమయి, పావనమయి మోక్షోపలబ్ధికి హేతుభూతము కాఁగలదు. సమ స్తమానవుల జీవితపరమావధి సయితె మో క్షమేకదా! కావున నే నన్యులఁ బరిగ్రహింపనొల్లను. సత్యవంతునితోడి పాణిగ్రహణమే నా కత్యంత శ్రేయస్కర మయినది.”

విజ్ఞానవతియు, సుగుణవతియు నగు సావిత్రీదేవి యుపదేశించిన విధము నవలోకించి మాతృపితృబాంధవా ప్తు లెల్ల రచ్చెరువొంది, ఆదేవియొక్క పవిత్రసంకల్ప మును భంగమొనరించుట సాధ్యమును, సమంజసమును కానేర

దని గ్రహించి సావిత్రీసత్యవంతుల వివాహమున కంగీకరించిరి. సావిత్రీ వివాహ సంకల్పమునం దెంతయో విశాలమగు నీతిని, విస్తీర్ణమగు విజ్ఞానమును, సమున్నతోద్దేశ్యమును సద్గుణానురక్తిని కవి బాగుగాఁ బోషించుచున్నాఁడు. సావిత్రీ ప్రబోధవాక్యముల నాదర్శదాంపత్యమును కవీశ్వరుఁడు స్పష్టముగాఁ జిత్రించి యున్నాఁడు.

పిదప వివాహకాండము నడిచినది. పాణిగ్రహణ మహోత్సవానంతరము మహాపతివ్రతయగు సావిత్రి రాజభోగముల నపేక్షింపక, భర్తృసేవకయి మాతాపితల దిగవిడిచి వనవాసమున కియ్యకొనుటచే నా దేవియొక్క యాదర్శసతీచారిత్రము వెల్లడియగుచున్నది. రాజసౌధముల రాజాన్న ఘృతసూపాదికంబుల నారగించుచు, హంస తూలికాతల్పముల శయనించుచుండు శిరీషకుసుమ పేశల గాత్రియగు సావిత్రికి వనవాసమును విధించి తన్మూలమున కవి సతీచారిత్రాదర్శనమునకు మెఱుఁగు వెట్టినాఁడు.

గుణసంపదలముందు రాజభోగములఁ దుచ్ఛములుగఁ దలంచుటచే సావిత్రీజీవిత మెంత పవిత్రముగను, మహోన్నతమును నయి యున్నదో వేఱుగ నుగ్గడింపఁ బనిలేదు. కాంతారవాసమున గృహస్థాశ్రమమును నుండిన సావిత్రీ దేవియొక్క యపూర్వపతిభక్తిని, అత్తమామల సేవా శుశ్రూషలను, ఆ దేవియొక్క నిష్కళంకమగు వర్తనమును నధికప్రశంసనీయములుగఁ గవి కల్పించియున్నాఁడు. ఇంతియే కాక కవీశ్వరుఁడు సాధుజీవితమందును, ప్రకృతిరంగస్థలము

లగు సుందరారణ్య జీవితమునందును గలుగు పవిత్రానంద మును మనోహరముగా నభివర్ణించి యున్నాఁడు.

మృత్యువాసరమున సావిత్రీసత్యవంతులు వనరామ ణీయకమును నేత్రపర్వముగఁ దిలకించుచుఁ బోయి యొక వృక్షతలమున విశ్రమింప సత్యవంతుఁడు విగతజీవుఁ డగు టయు, అంత సావిత్రి భయము జెందక, ధైర్యస్థైర్యముల వహించి, తన భర్త్రృకాయమునుండి జీవమును గొనిపోవ నేతెంచిన మరణమున కధిపతియగు యమధర్మరాజును వెంటాడి, ఆతఁ డెన్ని విధముల బెదరించినను, భయము నొందక, ఆతఁ డెన్ని ప్రలోభనములఁ గల్పించినను భర్త్రృ సంరక్షణమను పవిత్రసంకల్పము నుండి లేశమాత్రమేని చలింపక విజయమును బడసియుండిన యంతిమఘట్టమును గవి కడు రమ్యముగను, లోకాదర్శ ప్రాయముగను రచించి పాఠకలోకమున కనల్పమగు నుపకార మొనరించి యున్నాఁడు.

ఉన్నతోద్దేశ్యములను, నైతికాంశములను, గంభీర భావములను లక్ష్యమునం దిడికొని సరసమగు శైలియందు వ్రాయఁబడు నిట్టి యుపాఖ్యానముల శ్రద్ధతోఁ బఠించు యువజనుల హృదయము లపూర్వ నీతిజ్ఞాన ధర్మాదర్శ ములచే విభూషితము లగుననుటకు సందియము లేదు.

సావిత్ర్యుపాఖ్యానము చందముననే హరిశ్చంద్రో పాఖ్యానమందును చంద్రమతీహరిశ్చంద్రుల విశుద్ధప్రేమాతి

శయమును, ధర్మప్రధానజీవితమును, సత్యసంధత్వమును, విద్యా వినయ వివేకసంపత్తియుఁ గాననగుచున్నవి.

నలోపాఖ్యానమందు నలదమయంతుల పవిత్రాదర్శ ప్రేమయు, అంబరీషోపాఖ్యానమున భగవదాశ్రయసంపన్నులకు విపత్తులు కలుగనేరని విధమును, గజేంద్రమోక్షమున జీవునకు దైవభక్తి పరిగ్రహణము పరమధర్మమనియు, జగన్నాథుఁ డార్తత్రాణపరాయణుఁ డనియు బోధింపఁబడి యున్నవి.

మానవుని నైతికాధ్యాత్మిక జీవితపరిసంగములతో నిండియుండు వివిధములగు నిట్టి యుపాఖ్యానములు భారతాది మహాగ్రంథములం దనంతములయి వెలయుచున్నవి. మానవుని యాంతరిక జీవితసంస్కరణమున కిట్టి నీతి ప్రధానములగు గ్రంథము లపేక్షణీయములు.

నేఁటికాలమున మిక్కుటమగు మక్కువతో విరచింపఁబడుచున్న నవలలకంటె నత్యుత్తమములయినట్టి యాఖ్యాయిక లెన్నియో పురాణములందును, ప్రాచీన గీర్వాణ సాహిత్యము నందును వెలయుచున్నవి. నీతి నాదర్శముగఁ గలిగియున్న మనోహరములగు నాఖ్యాయికలకు ధార్మిక సంస్కృత సాహిత్యము తావుగ నున్నది.

పాశ్చాత్యుల నవలాపద్ధతి యించుమించుగా వీని ననుసరించియే యున్నది. వారి యితివృత్తమునందుఁ జమత్కారమునకును, శృంగారమునకును, భౌతిక విలాసములకును స్థానమధికముగా నొసంగఁ బడియున్నది. ఇతివృత్తమును

నిర్మించుట యందుఁ బాశ్చాత్యులలోఁ నధికసంఖ్యాకు లీవిధానమునే స్వీకరించి యున్నారు.

కాని స్కాటు నవలలందును, షేక్స్పియరు కవీంద్రుని నాటకములందును, కథలందును నీతివిరుద్ధము కానట్టి చమత్కారమునకును, ఆదరణయోగ్యములగు సంస్కారణములకును, ఉన్నతాశయములకును, విజ్ఞానదాయకములగు బహువిషయములకును నగ్రస్థాన మొసంగఁబడినది. వానియందుఁ గల చమత్కృతులు, రసప్రాచుర్యము, భావగాంభీర్యము, శబ్దసౌష్ఠవము, సహజమగు పవిత్రశృంగారము, మనోహరములగు వర్ణనలు, ఆహ్లాదకరమగు కథాసందర్భము పాఠకలోకము నాకర్షించివేయుచున్నవి.

అట్టి గ్రంథరాజములఁ బఠించుటచే నిత్యనూతన గ్రంథపరిశీలనాసక్తి మిక్కుటమయిన తద్గ్రంథములఁ బ్రధానలక్ష్యముగ గ్రంథకర్తలచే స్థాపింపబడిన నీతివిజ్ఞానములు పాఠకుల చారిత్రముల సంస్కరించి వారల నైహికాముష్మిక శాంతి సౌఖ్యముల ననుభవించుట కర్హులుగఁ జేసివేయుచున్నవి.

షేక్స్పియరు, వర్డ్సువర్తు, గోల్డుస్మిత్తు, మిల్టను, స్పెన్సరు మొదలగు పుణ్యకవులచేఁ బూతమొనరింపఁబడిన హూణ సాహిత్యమున లండను రహస్యములవంటి కామప్రధానములును, విలాస వ్యాసంగమయములును, నింద్యములును నగు గ్రంథములు వేనవేలు లేకపోలేదు. లండను రహస్యములు, నవాబు దర్బారు మొదలగు దుష్టగ్రంథ

ములు పాఠక ప్రపంచముయొక్క నైతిక వృక్షమునకు చేనుపురుగులవంటివి.

ఇంచుమించుగ నీ గ్రంథములకుఁ బ్రతిరూపము లనఁ దగు నపరాధ పరిశోధక నవలలును, హానికరములగు విలాస పూరితగ్రంథములును టింగురంగా యని సుందరమగు తను మేనుల నెల్ల శృంగారించుకొని, యువజనులను మోహ వారిధిని ముంచివేయు వారాంగనలవలె నాంధ్రలోకము యొక్కయు, ప్రత్యేకించి యువతీయువకులయొక్క సమయ మును, పవిత్రమగు బుద్ధిని, సత్సంకల్పములను, ఉదారా శయములను హరించివేయుచున్నవి.

అపరాధపరిశోధక (Detective) నవలలందుఁ బాఠక లోకమునకు లభించు నీతిసామగ్రి యెట్టిదో విచారింతము. గ్రంథారంభమునుండి సమాప్తివఱకు వానియందు ముఖ్య స్థానము నలంకరించు వేశ్యలు, కులటలు, జారులు, చోరులు, జూదరులు, ధనాపహరణము, మానభంగము, మద్యపానము, మోహాంధత, భ్రష్టచారిత్ర యను నొక స్త్రీ నెందఱో ప్రేమించి కలహించి హంతకులగుట, హత్యలపై హత్యలు, కారాగారములు, వానినుండి పలాయనములు, తిరిగి బంధన ములు, తుదకు హంతకుఁడు వధింపఁబడుట మొదలగు వివి ధాంశములు పాఠకుని మానసిక వికారములఁ బెంచుచు, వానిచిత్తమును విషయప్రవృత్తులవైపున కాకర్షించుచు, తుదకు వాని విద్యాబుద్ధివివేకముల సయిత మొక్కసారిగ బలిగొంచి వేయుచున్నవి.

ఇట్టి నవలలయందు వ్రాయఁబడు వృత్తాంతములయిన నీతివిరుద్ధములుగ నున్నను యథార్థములా యని విచారింతు మేని, అవియు కవియొక్క స్వకపోలకల్పితములే యని స్పష్ట పడుచున్నది. ఇట్టి నీతిశూన్యములగు కల్పితగ్రంథములఁ బఠించుచుండుటచేఁ బాఠకలోకముయొక్క మానసికశక్తి కెట్టి తీఱని నష్టము వాటిల్లుచున్నదో దేశకాలపాత్రలఁ గూర్చి సూక్ష్మముగఁ బరిశోధించువానికే తెలియఁగలదు.

రమారమి 18 సంవత్సరముల కాలమునుండి నీతి శూన్యములును, మీఁదుమిక్కిలి హానికరములును, భయం కరములున్ను నగు నిట్టి దుష్టగ్రంథములు వృద్ధిఁ జెందినవి. విజ్ఞానపరిపూర్ణమగు మానవజీవితాభ్యుదయమున కావశ్యక మయిన నీతిని విడనాడి రచింపఁబడిన సమస్తగ్రంథములు సత్వరబహిష్కార యోగ్యములు. యువతీయువకు లిట్టి గ్రంథరూపమునందున్న భయంకరపిశాచముల స్పృశించుట కేని సాహసింపరాదు.

కవిసార్వభౌముఁడగు రవీంద్రుని నవలానిర్మాణము స్కాటుదొరగారి నవలారచనముకంటె సర్వోత్కృష్ట మయి నది. రవీంద్రుఁడు మహాత్ముఁడు; విశుద్ధప్రేమమయుఁడు; విజ్ఞానరాశి; నీతిధర్మ విశ్వాసరతుఁడు. ఆతని జీవిత మాధ్యా త్మిక తేజస్సంపన్న మయినది. ప్రకృతి నుపాసించు కవి కుమారులం దతఁడు ప్రథమగణ్యుఁడు. ప్రకృతితత్త్వమును సాకల్యముగ జ్ఞాననేత్రమున నవలోకించిన రవీంద్రుఁ డధ్యాత్మ తత్త్వవిదుఁడు. ఆతఁడు మహాసంస్కర్త. సాహిత్యనిధి. ఆ మహనీయునిచే విరచితములయిన గ్రంథములన్నియు నిట్టి

మహోన్నతాదర్శములచే విభూషితములయి యున్నవే యని వేఱుగ నుడువఁ బనియుండదు.

మహర్షియగు నీ కవిసమ్రాట్టు సర్వాంగసుందర మగు వంగభాషయం దెన్నియో కథల పుస్తకములను, నవలలను, నాటకములను, ప్రహసనములను, గద్యపద్య గ్రంథములను రచించియున్నాఁడు. ఆ మహానీయుఁడు తా నొక గ్రంథమును రచించు సందర్భమునఁ బాఠక ప్రపంచముయొక్క యైహికాముష్మిక శ్రేయస్సును దన దృష్టియం దునిచికొనియే యున్నాఁడని యతని గ్రంథములఁ బఠించియున్న ప్రతివ్యక్తియు నిశ్చయింపఁగలఁడు.

ఆతని ప్రతిభావము, ప్రతిశబ్దము ధర్మమును, నీతిని, విజ్ఞానమును జాటుచున్నవి. ఆదర్శ మానవచారిత్ర నిర్మాణ భంగముల ప్రయోజనాప్రయోజనములఁ గూర్చి యతఁడు తన సమస్త గ్రంథముల నుగ్గడించియున్నాఁడు. ప్రాక్ప్రతీచీ మహాపండితుల విజ్ఞానధారల మేళగింపఁ జేయఁగల సమ న్వయశక్తి రవీంద్రుని యసాధారణ ప్రతిభాసంపన్నమగు లేఖినియందు వెలయుచున్నది.

ఆతని సాంఘిక, ధార్మిక, చారిత్రక నవలాగ్రంథములు లోకోత్తర విజ్ఞాన సముపేతములు. అవి పేరునకు నవలలే కాని నీతిబోధకును, విజ్ఞానప్రబోధమునకు, ధర్మశిక్షణము నకును బుట్టినిండ్లు. అట్టి నవలలు వంగభాషయం దనేకులచే రచియింపబడియున్నవి. నీతిప్రధానమగు గ్రంథము నవల యయియున్నను, నాటకమయి యున్నను ప్రహసనమయి

యున్నను మఱి యేరూపమందున్నను సత్వర పరిగ్రహణ యోగ్యము.

రవీంద్రకవీంద్రుని నవలలవంటి యాదర్శప్రాయము లగు నాఖ్యాయిక లాంధ్రభాషయందు మిక్కిలి స్వల్పముగ నున్నవి. మానవుని వాస్తవికము గు హితమునే లక్ష్యముగాఁ గలిగియున్న కథలపుస్తకములు, నవలలు, నాటకములు పఠించుట కేవిధమగు నభ్యంతర ముండరాదు. యువతీయువకుల చారిత్రముల దూషితము లొనరించునట్టి దుర్విషయములతో నిండియుండుపాత్తము లే కాలమందును, ఏ దేశమందును, జిరవర్జనీయములే.

ఈనాఁటి భావకవిత్వము, భావగీతము లాత్మాభ్యుదయము నందవలసిన విద్యార్థుల కనావశ్యకములును, నిష్ప్రయోజనములును నగుచున్నవి.

ఆత్మశక్తిని వికసింపఁజేసి, విషయానురక్తిని, దుష్ప్రవృత్తిని సడలఁజేయఁజాలనట్టి భావము నింద్యమయినది. అట్టి నింద్యమగు భావము నాధారపఱచుకొని రచింపఁబడు భావకవిత్వము చిలుకపలుకులవలె వ్యర్థమయి మానవజాతీయ కల్యాణమునకు దోడ్పడ నేరదు.

మానవుని యంతఃకరణము వికాసవంత మొనరించునట్టి గంభీరములగు పవిత్రభావములచేఁ జెన్నలరారు గీతములు మిక్కిలి ప్రయోజనకరములు. ఆంగ్లభాషయం దిట్టి పవిత్రమగు భావకవిత్వమునకుఁ బెట్టనిపేరు వర్డ్సువర్తు మహాకవి. భరతవర్షమున భావకవిత్వ మనాదికాలమునుండి రచింపఁ

బడుచు వచ్చియున్నను ముఖ్యముగా సంస్కరింపఁబడినది మహాత్ముఁడగు రవీంద్రునిచే నని ప్రాజ్ఞులెల్ల రెఱుంగుదురు.

సంస్కరింపఁబడిన భావకవిత్వమునకు భరతభూమి యందు బీజము నాటినది రవీంద్రుఁడే యని నుడువుట కాటంకము కలుగనేరదు. రవీంద్రుని భావకవిత్వాదర్శము నతని గీతాంజలియే ప్రత్యక్షముగఁ జూపుచున్నయది. కవి రవికయినఁ జొరశక్యముకాని నిగూఢప్రదేశమునఁ బ్రవేశించి సాధారణ మానవప్రపంచముయొక్క స్థూలదృష్టికి గోచరింపని విజ్ఞానరహస్యముల నన్నింటి గ్రహించి వానిని తనలేఖినిచే మనోహరములగు చిత్తరువులుగఁ జిత్రించి విశ్వసంస్కరణమునకుఁ గడంగుట పరమధర్మము.

రవీంద్రుని భావకవిత్వము విశ్వముయొక్క నిగూఢతత్త్వమును బ్రత్యక్షపఱచుటయందుఁ బ్రదర్శించు నైపుణ్య మత్యధికము. ఆతని ప్రతిగీతముయొక్క ప్రతిపదమును సృష్టిరహస్యాణువును ప్రపంచమునకు మేరువువలెఁ గానఁజేయుచున్నదనుటలో నతిశయోక్తి లేదు.

భావకవి సర్వజ్ఞుండును, సకలశక్తిసంపన్నుండును నగు సర్వేశ్వరుని బహిర్జగత్తును సాంగముగ నవలోకింప నేర్చి, సూక్ష్మాతిసూక్ష్మముగ నున్న యంతర్జగత్తును గూర్చియు, అద్దాని నిగూఢవిషయములఁ గూర్చియు నిదమిత్థమని నిశ్చయింపలేని మానవజాతికిఁ దనవిజ్ఞానాతిశయముచేతను, ఆధ్యాత్మికశక్తివలనను నా సూక్ష్మప్రపంచముయొక్క వివిధరహస్యములఁ దనలేఖినిచేఁ జిత్రించునట్టి చిత్రకారుఁడు.

అతికుశలుఁడగు చిత్రకారుడు తనచిత్తరువులచే బాలుర నాకర్షించి వారిచే నెట్టికార్యమునయినఁ జేయించుకొనఁ గలుగువిధముననే భావకవియుఁ బాఠకప్రపంచమును దనభావ కవిత్వప్రభావముచే నాకర్షించి వారినిర్జీవములును, ఊసరములును నగు హృదయక్షేత్రముల విజ్ఞానబీజముల వెదఁజల్ల గలుగుచున్నాఁడు.

విశ్వవిజ్ఞానవ్యాప్తికిని, విశ్వమానవ హృదయసంస్కరణమునకును దోడ్పడని భావగీతము శారికాగానముకంటె నొండు ప్రయోజనకరము కానేరదు.

నేఁ డాంధ్రదేశమునం దెందఱో కవికుమారు లసభ్య భావమును బురస్కరించుకొని, అననుభూతములగు కల్పనలఁ గూర్చుకొని వానిని క్లిష్టశబ్దములతోఁ జేర్చి భావకవిత్వమను పేర గీతము లల్లుచున్నారు. ఈ భావకవిత్వము నెంతగాఁ బరిశీలించినను, శ్రద్ధతోఁ బఠించినను బాఠకున కర్థము గోచరింపకున్నది.

భావకవిత్వము విశ్వప్రకృతియొక్క సూక్ష్మభావమును మఱింత సూక్ష్మ మొనరించి చదువరియొక్క యంతఃకరణమును సందిగ్ధస్థితికిఁ బాల్పడఁ జేయుచున్నది. లక్ష్యశూన్యమయినట్టియు, యథార్థమునకు భిన్నమయినట్టియు, మానవ శ్రేయస్సును బురస్కరించుకొని యుండనట్టియు నిట్టి భావకవిత్వము నిష్ప్రయోజన మయినది.

నేఁటి విమర్శకులలోఁ గొందఱు కవి యున్మత్తుఁడనియు, వాఁడు బ్రహ్మానందపరవశుఁడై తన మానసమునుండి

వెలువడు భావములకే తాను సంపాదించియున్న సాంఘి
త్యము యొక్క లలితశబ్దములచే రూపము నొసంగుచున్నాఁ
డనియు, అతఁడు లోకముయొక్క స్థితిగతుల ననుసరించి
స్వలాభాపేక్షచే కవిత నల్లు వ్యాపారి కాఁడనియు నుడువు
చున్నారు. కవుల నిరంకుశచర్యల సమర్థించు నేఁటివిమర్శకుల
వాదము సత్యమె.

కాని వారు నుడువునట్టి కవులు కోటి కొక్కఁడయిన
లభించుటలేదు. తన్మయుఁడయి, బాహ్యప్రపంచ స్మృతి
శూన్యుఁడయి కోకిలవలె సహజముగ కవితాగానము సలుపఁ
గలట్టి శక్తి కవి కాధ్యాత్మికభావ పరిగ్రహణముననే లభించు
నుగాని, విలాసమయ జీవితముచే లభింపనేరదు. నేఁడు తన్మ
యులయి బాహ్యస్మృతిని దక్కియే కవికుమారు లెల్లరు భావ
గీతముల సహజశక్తిచే గానమొనరించుచున్నా రన్న విశ్వ
సింపఁ వలనుపడదు.

కావున విద్యార్థులు విశ్వసామ్రాజ్యము నలంకరించు
మణులవంటివా రగుట వారు తమ యథార్థశ్రేయమునకుఁ
దోడ్పడనట్టియు, ఆత్మప్రబోధ శూన్యమైనట్టియు భావకవిత్వ
మును, అశ్లీలములగు గీతములను, అపరాధపరిశోధకనవలలను,
ఉత్తమలక్ష్యశూన్యములగు నాటకములను- కేవలశబ్దపరిజ్ఞానా
ర్థమును, పదలాలిత్య రసాస్వాదనము నిమిత్తమును బఠింప
కుందురుగాక!

నే నింతపర్యంతము దుర్వాసనాపూర్ణములును, దుర్భావ
యుతములును నగు గ్రంథములు పఠనయోగ్యములు కావని
వచించియున్నాఁడను. అవియేకాక సాహిత్యమునం దింకను

యువకులకు బహిష్కరణయోగ్యములగు గ్రంథము లనేకములు కలవు. దోషభూయిష్ఠమగు రచనముచేఁ జెన్నొందునట్టియు, ఆడంబరపూర్ణములును, నిరుపయోగములును నగు ననంఖ్యాక శబ్దములతో నిండియున్నట్టియు, అప్రశస్తమును, నిర్జీవమును, రసశూన్యమును నగు శైలిని గలిగియున్నట్టియు, వ్యర్థభావ పరంపరలతోఁ బూర్ణములై యున్నట్టియు గ్రంథముల బఠించుటచే మన శ్రమయు సమయమును వృథయగుటయేగాక హానియు సంభవింపఁగలదు.

భావౌచిత్యము లేనట్టియు, ఉన్నతాదర్శలక్ష్యశూన్యము లయినట్టియు, ప్రౌఢశబ్దాడంబర యుక్తము లయినట్టియుఁ గావ్యగ్రంథములును, అసత్యగాథలతోడను, స్వకపోలకల్పితాంశములతోడను, పరమతద్వేషభావములతోడను నిండి యున్న కృత్రిమేతిహాసములును, మానసికోద్రేకకరములును, ఉద్వేగపూర్ణములును నగు గద్యపద్యగ్రంథములును విద్యార్థులయొక్క నైతిక పురోభివృద్ధిమార్గమునఁ దీఱని ప్రతిబంధకములు కాఁగలవు.

సమున్నతములును, పరమపవిత్రములును నగు భావములచే సదా తమహృదయముల నలంకరింపఁ జేసికొన వలసిన విద్యార్థులు తమ యంతఃకరణముల మాంద్యము, ప్రమాదము, అసత్యము, తృష్ణ, విలాసము మొదలగు దుర్గుణములకు స్థానమొసంగుటచే వార లవశ్య మధఃపతితులు కాఁగలరు.

గ్రంథాలయములు సయితము యువతీయువజనసంఘ శ్రేయోభివృద్ధికి హేతుభూతములుకాని నీతివిరుద్ధములగు గ్రంథములకు గ్రంథసంఖ్యాభివృద్ధియొక్క వాంఛచే స్థాన

మొసంగరాదు. ఆదర్శప్రభుత్వము తన దివ్యశాసనముచే నిట్టి యవినీతికరములగు గ్రంథముల నిషేధించినచో మానవ ప్రపంచమందలి భావవ్యభిచారము తగ్గిపోవ, దాని వెను వెంటనే దుర్వ్యసనములు క్షీణింప, మనుష్యులయం దచిర కాలముననే జ్ఞానము వ్యాప్తమయి సుస్థిరము కాఁగలదు.

ఉత్తమశిక్షను, సంయమమును, సద్విచారములను గలి గించుటకు మాఱుగ నుద్వేగమును, విషయాసక్తిని, దుర్వి చారములను గలిగించు పొత్తము లెట్లాదరణీయములు కానే ర్చును? మానవసహజమగు నుత్తమప్రకృతిని నిర్మించునట్టి యు, మానవునియందు దైవికశక్తుల వికసింపఁ జేయునట్టియు గ్రంథములే సర్వోత్కృష్టములు. అట్టి గ్రంథకర్తలు ధన్యులు ఆగ్రంథములఁ బఠించువారుసయితము ధన్యులని మెచ్చుకొనఁబడుదురు. కాన వారును ధన్యులె! యువజను లెవ్వరు నీ మహత్తరంబగు సిద్ధాంతమును దమ జీవితాంతముదనుక విస్మరింపరాదు.

ప్రతియుగమందును, ప్రతిదేశమందును మహాపురుషు లుదయించి, తమ దివ్యోపదేశములచేతను, లోకోపకార పవిత్రములగు నుత్కృష్ట కార్యాచరణములచేతను లోక మున కెంతయో మేలొనరించుచున్నారు. ప్రపంచహిత సామగ్రిని సంతరించుటయందే వారి యావజ్జీవితకాలము గడచుచుండును. వారు తమ ప్రసంగముల యువతీయువకుల కిర్తవ్యముల కున్నతస్థాన మొసంగుచుందురు.

అట్టి మహాపురుషు లేకాలమం దుందురో యాకాల మున కనుకూలములును, పఠనయోగ్యములును, నగు గ్రంథ

ముల వారలే నిశ్చయించుచుందురు. వారి శ్రీముఖముననే జనులు స్పృశింపరాని గ్రంథములేవియో తెలియుచుండఁ గలరు.

ప్రస్తుతము మన భరతఖండముయొక్క యువతీ యువకుల విద్యావివేకముల గుఱించి శ్రద్ధను వహించువారిలో శ్రీ గాంధిమహాత్ముఁడు, రవీంద్రుఁడు, మదనమోహనుఁడు, వాస్వానీప్రభృతులు ముఖ్యులు. వీరెల్లరు నీతిధర్మవిరుద్ధములును, ఆత్మజ్ఞాన వికాస భంజకములును, మానవ చారిత్రాభ్యుదయ ప్రతిబంధకములును నగు దుష్టగ్రంథములను, సినీమాలను; అశుభ్రతకును, వంచనమునకును, అనారోగ్యమునకును, నెలవులగు కాఫీహోటళ్ళను, మద్యమాంసాది విక్రయశాలలను, జూదము, చౌర్యము, వ్యభిచారము, వేశ్యాగమనము, ధూమపానము, వివిధ మాదకద్రవ్య సేవనము, హత్య మొదలగు దురాచారముల బహిష్కరించు విధముననే సత్వరము విసర్జించివేయ యువతీయువకుల కుద్బోధించుచున్నారు.

నేఁడు భాషాపరిజ్ఞానము గల వ్యక్తు లనేకులు ముద్రాక్షరశాలాధిపతులతో నేకీభవించి వ్యాపారదృష్టిచే నీచములగు పొత్తముల వ్రాసి, అచ్చొత్తించి విక్రయించుచు ధనసంపాదనపరులయి, పాపభీతిశూన్యులయి, పుణ్యవిచారదూరులయి లోకమును మోసగించుచున్నారు.

పాఠకులగు యువతీయువకుల కేదేని యొకనూతన గ్రంథము లోచనగోచర మయినంతనే దానిని దెచ్చి యందొకటి

రెండుపుటలఁ జదివినంతనే గ్రంథము నీతిబోధకమయినదనియు, నీతివిరుద్ధమయినదనియు స్థాలీపులాకన్యాయముచేఁ దెలియఁ గలదు.

స్వార్థాంధులగు పుస్తకవిక్రేత లనేకులు బుద్ధిహీనులగు లేఖకులకు లంచముల నొసంగి వారిచేనేవో కొన్ని గ్రంథములఁ గల్పింపఁజేసి వానికి "ఆత్మానందము, ఆదర్శమానవుఁడు, స్వర్గధామము, ఆత్మవిజయము, హితబోధ, మోక్షమార్గము, జీవబ్రహ్మైక్యము, వివేకనిధి, నీతిరత్నాకరము" అను సుప్రశస్తనామముల నిడి వానినిగూర్చి వార్తాపత్రికల బ్రహ్మాండముగఁ బ్రకటన మొనరించియు, వేనవేలుగఁ గరపత్రికల నచ్చొత్తించి మానవసంఘమున వితరణమొనరించియు నమాయికులగు జనుల మోసగించుచున్నారు.

ప్రకటనలయొక్క యాడంబరమే నేఁ డెట్టి యల్ప గ్రంథమునయిన విశేషప్రచారమునకుఁ దెచ్చుచున్న యది. విద్యార్థీ విద్యార్థిను లిట్టి గొప్పమోసమును గుర్తించియే గ్రంథముల వెలకు దీసికొను చుండవలయును. ఎట్టి మానవుఁడయినను నొక ఫలమును రుచిచూచువఱకు నది మధురముగా నున్నదియు, చేదుగా నున్నదియు వచింపఁజాలఁడు. ఫలము చేదుగానున్న దాని నారగింప వెంటనే పాఱవైచుటయు, తియ్యగానున్న భుజించుటయుఁ గడు లెస్స యని యెట్టి మూఢుఁడయిన గ్రహింపఁ గలుగుచున్నాఁడు.

చదువరులగు యువతీయువకులు నయిత మిట్లే నూతన గ్రంథపఠన ప్రారంభమునకుఁ దొలుత విచారించు టుచితము ఇప్పటికే యీప్రకరణము చాల విస్తరమయినది. గ్రంథావ

లోకనమునకు సంబంధించిన ప్రధానములగు విషయము లన్నియు నీయధ్యాయమున దాదాపుగఁ జర్చింపఁబడినవి.

సద్గ్రంథపఠనముచే మానవుని జ్ఞానానుభవములు వర్ధిల్లి, వాని నిహలోకమునఁ గర్తవ్యపథము ననుసరింపఁ జేసి సౌఖ్యానందముల నొదవించి ధన్యు నొనరించుచున్నవి

దుష్టగ్రంథములు మానవుని జ్ఞానహీను నొనరించి, వానిని విషయలాలసలఁ బెంచి, ధర్మభ్రష్టుని గావించి, దుఃఖ వారిధిని ముంచివేయుచున్నవి.

కావున సద్గ్రంథావలోకనము విజ్ఞానమాత్రోపజీవి యగు మానవుని ముఖ్యధర్మమనియు, నీతిశూన్యమగు గ్రంథ బహిష్కరణము శ్రేయస్కరమగు కర్తవ్యమనియుఁ దెలియుట సమంజసము.

గీతమాలిక.

నీతిధర్మాల బోధించి ♦ నియతిఁ దెలిపి
సంయమము నేర్పి కామదా♦స్యంబుఁ బాపి
భీతి నెడఁబాపి, జ్ఞానవి♦భూతి నొసఁగి
సకల సద్గుణగణముల ♦ సరసఁ జేర్చి
నిర్మలానంద శాంతుల ♦ నెమ్మినిచ్చి
మానవాళినిఁ బ్రోచెడి ♦ మాన్యగ్రంథ
చయము నాసక్తి నిరతంబుఁ ♦ జదువుచుండు
వాఁడె వేత్తయై జగమున ♦ వాసికెక్కు.

కం॥ చదువనివాఁ డజ్ఞుండగుఁ
జదివిన సదసద్వివేక ♦ చతురత గలుగున్
జదువఁగ వలయును జనులకుఁ
జదివిన శీలంబు మిగులఁ ♦ జక్కఁగ నబ్బున్.

పదునొకండవ ప్రకరణము

ఆరోగ్యము

+++++++++++++

ధర్మార్థకామమోక్షాణాం మూలముక్తం కళేబరం,
తచ్చ సర్వార్థసంసిద్ధిర్భవే ద్యది నిరామయం.

—భావప్రకాశకము.

"ధర్మార్థ కామమోక్షములను పురుషార్థ చతుష్టయమునకు దేహమే మూలము. దేహ మారోగ్యవంతముగ నున్నపుడే సర్వార్థములు సిద్ధింపఁగలవు."

"శరీర మాద్యం ఖలు ధర్మసాధనం"

—కుమారసంభవము.

"సమస్తధర్మములకు శరీరమే సాధనము."

"Health is wealth - ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యము"

"తందురుస్తీ హజారీ - న్యామత్"

"Practical success in life delends more upon physical health than is generally imagined."

—Self-Help.

"అభ్యాసోపలబ్ధమగు మనుష్యజీవితసఫలత దేహారోగ్యము మీఁదనే యాధారపడియున్నది." —స్వయం సాహాయ్యము

"What, Know ye not that your body is the temple of the holy ghost which is in you, which ye have of God, and ye are not your own"

...Saint Paul's speech in Bible.

'మనదేహము పరమేశ్వరుని నివాసస్థలము. అది మనది కాదు అది యతనిదే. దానిసంరక్షణమే మన పరమ ధర్మము.''

—బైబిలు.

"By no means can a man come nearer to the God than by conferring health on men." —Cicero.

''మానవకోటి కారోగ్యధనమును ప్రసాదించుటచే మనుజుఁ డీశ్వరచరణసాన్నిధ్యమును సమీపించున ట్లితరసాధనముచేఁ జేరఁ జాలఁడు.'' —సిసిరో.

''ఈశ్వర నియమపాలనముననే దేహము స్వస్థమయి యుండఁగలదు. ప్రకృతి విరుద్ధములగు నసుర నిబంధనములచే మానవుని దేహారోగ్యము విధ్వంసమగును. ఆరోగ్యమే స్వర్గము. అనారోగ్యమే నిరయము.'' —గాంధి.

''దేహారోగ్యముమీఁదనే యాత్మమనోబలము లాధారపడియున్నవి. ఆత్మబలసంపన్నుఁడే విజేతయయి యిహాపరముల సుఖించును.'' —రామతీర్థస్వామి.

''ఓ సౌఖ్యానందకందమగు దేహారోగ్యమా! నీవు సువర్ణధననిధులకంటె నత్యుత్తమమయినదానవు; శ్రేష్ఠమైనదానవు. నీవే యాత్మాభ్యుదయమునకుఁ గారణమవు. మానవుని సుశిక్షను, సద్గుణములను సంపాదింపఁ బ్రేరేపించునట్టి దివ్యశక్తిస్వరూపిణివి నీవె. నీవలననే మానవుఁ డిహాపరముల సాధింపఁ గలుగుచున్నాఁడు. నీయపారమగు దయకుఁ బాత్రుఁడయిన మనుజున కీలోకమం దే పదార్థము

యొక్క యభావము తటస్థింపనేరదు. నీ కృపాతిశయమును గన నోచని వ్యక్తియే గర్భదరిద్రుఁడు; వాఁడే నిత్యము దుఃఖముల ననుభవించుచుండు దౌర్భాగ్యుఁడు. ఆరోగ్యమా! నీ ప్రభావ మనంతము. నీవు పట్టిన దెల్ల బంగారమగును. సకలజీవులచే నీవు ప్రేమింపఁబడుచున్నావు; స్తుతింపఁబడుచున్నావు; ఆరాధింపఁబడుచున్నావు." —స్టర్న్.

"ఆరోగ్యము సర్వోత్తమంబగు నక్షయసంపత్తి. ఒక సంపూర్ణ దివసముయొక్క విశుద్ధారోగ్యముచేఁ బ్రాప్తమగు బ్రహ్మానందసన్నిధిని శతవత్సర సామ్రాజ్య పరిపాలనాగత సౌఖ్యమయినను సామాన్యమే యగును. మనుష్య జీవితము నానందమయ మొనరించుటకు దేహారోగ్యమే ముఖ్యముగా నపేక్షింపఁబడుచున్నది." —ఎమర్సను.

"దేహారోగ్యము లేక నిరంతరము వాపోవుచుండు కోటీశ్వరునికంటె స్వస్థశరీరుఁడయి సుఖించుచుండు కార్మికుఁడే భాగ్యవంతుఁడు. ఆరోగ్యము, ఉత్తమ శరీరసంపత్తి అగణిత మణిమయ సువర్ణ భూషణములకంటెఁ బ్రశస్తములు. స్వస్థమును, సుదృఢమును నగు మానవదేహము సరస్వతికంటెను, లక్ష్మికంటెను బూజ్యమైనది. స్వాస్థ్యమును జరాత్పరుఁడు సయిత మభిలషించుచుండును. ధనాదిసంపదల గోరనివార లెందఱో కలరుగాని దేహారోగ్యమును వాంఛింపని మనుష్యుఁ డీ ధరావలయంబున లభింపనేరఁడు." —కను.

"ఈ మర్త్యలోకమం దాత్మయొక్క పవిత్రమందిరమగు శరీరమును నేఁడు ప్రపంచ మంతగా లక్ష్యము సేయకున్నది. నేఁడు జనులు దేహమును నిర్లక్ష్యముగాఁ

జూచుచు దానియొక్క పవిత్రములగు శక్తుల దుర్వినియోగ మొనరించివేయుచున్నారు. నిర్మలమును, సుదృఢమును, సర్వాంగసుందరమును, సుసంఘటితమును, స్వస్థమును నగు శరీరమును గలిగియున్న మనుష్యుఁ డెట్టి భయంకర విపత్పరంపరలనయిన డీకొన సమర్థుఁడగుచున్నాఁడు.

ఆరోగ్యసంపన్నుఁ డెట్టి భయవిషాదముల నయిన సులభముగా నతిక్రమింపఁగలఁడు. అతఁడు దారిద్ర్య భయమును నిర్మూలించివేయఁగలఁడు. మహాకార్యముల సులువుగా నిర్వహింపఁగలఁడు. ఆరోగ్య ప్రభావముచే వాఁడు యథార్థమగు పురుషత్వమును సంపాదించి సదా ప్రసన్నవదనుఁడయి మెలంగుచు సత్స్వభావియయి, నిజ యశశ్చంద్రికల దిగ్దిగంతముల వ్యాపింపఁజేయఁగల జ్ఞాన విజ్ఞానముల సంపాదించి సమస్తలోకపూజ్యుఁడు కాఁగలడు.

జీవాత్మను బరమాత్మయందుఁ జేర్చుట కారోగ్య సంపన్నమగు దేహమే ముఖ్యసాధన మగుచున్నది. ఈశ్వరుని ద్రవ్యకోశములలోని కెల్ల సుస్థిరమగు దేహారోగ్యమే గణ్యమయినది. సకల లోకసార మారోగ్యమే యనుటయం దతిశయోక్తి కానరాదు.” —లూథరు.

“మోక్షార్థియగు మానవుఁడు హఠయోగాదులందలి యంధభక్తిచే దేహశక్తుల క్షీణింపఁజేయరాదు. శరీరబలము లేని మనుష్యుఁ డెంతజ్ఞానమును సముపార్జించినను నిర్వాణముయొక్క జటిలసమస్యను గూర్చి విచారింపఁజాలడు. ఆరోగ్యసంపాదనము నిర్వాణ సాధనములలో ముఖ్యమయినది.” —బుద్ధప్రభువు.

పరమదయాళుండగు జగదీశ్వరునిచే సృజింపఁబడిన ఈ విశాలమగు విశ్వము సర్వోత్కృష్టమయినది. చరాచరాత్మకమగు నీజగమునం దెన్నియో వస్తుసంతతులు జీవ సముదాయముయొక్క సౌఖ్యానందముల నిమిత్తము కరుణామయుండగు పరమపిత సృష్టించియున్నాఁడు.

ఆతఁడు లోకమందలి తన సంతానమగు జీవరాసుల కల్యాణము నభిలషించి, తత్పోషణార్థమును, జీవితనిర్వహణమునకును వివిధములగు వృక్షములను, మధురములగు నానావిధఫలములును, సుందర సుగంధమయ సుమనములను, హృదయాహ్లాదకరములగు మృదుల వల్లరులును, మహోన్నతములగు భూధరనులను, సస్యోత్పత్తిస్థానమగు వసుంధరను, శరీరతాపము నుపశమింపఁజేయు మందమారుతమును, సమస్త జీవపిపాసార్తి నుడిగింపఁజేయు జలమును, మహాప్రాణశక్తి యనఁదగు వాయువును, ప్రకాశోష్ణముల నొసంగ నగ్నిని, వీని కన్నింటి కాధారమయిన గగనమును, లోకసంరక్షణముకయి సముద్రములను, మేఘములను, సూర్యచంద్రాది మహాగ్రహములను సృజించియున్నాఁడు..

అతివిశాలమగు నీ లోకమందలి వివిధపదార్థముల నందుకొని, అనుభవించి సుఖింప మన కెన్నియో విధములగు శక్తులను, కరచరణాద్యవయవములను, జ్ఞానకర్మేంద్రియములను ప్రసాదించియున్నాఁడు. ఆతనిచే నిర్మితమయిన ఈ సృష్టియంతయు మన హితమునకయి వలయు పదార్థ సందోహములతో మిక్కుటముగా నిండి నిబిడీకృతమయి

యున్నది. ఈశ్వర నిర్మితమగు ప్రతి సూక్ష్మాణువు సయిత మొకానొక ప్రయోజనమును గలిగియే యున్నది.

ఆతని రచనయందు నిరుపయోగ తత్త్వమునకు స్థానము లేదు. ఆ మహానుభావుఁడు సర్వకాల సర్వావస్థల యందుఁ దన యావచ్ఛక్తిని జీవహితమునకే వినియోగించుచున్నాఁడు. సర్వేశ్వరుఁడు స్వార్థము నభిలషింపని మహోపకారి యనుటకతనిచే సృష్టింపఁబడి యీ విశ్వమందుఁ గానవగు వివిధ మహాశక్తులును, సౌఖ్యానందకందములగు లోకోత్తర పదార్థములును ప్రత్యక్షప్రమాణములు.

విశ్వముయొక్క సారమునంతయుఁ గ్రోలుటకు జగన్నాథుఁడు మానవపక్షపాతియా యను సందేహము పొడసూపునట్లు మానవేతర జీవరాసులకంటె మానవకోటికి మహత్తరములగు శక్తిసామర్థ్యముల నొసంగియున్నాఁడు. మహానుభావుఁడగు నతని లోకోపకారపారీణత సంస్తవపాత్రమయినది.

దయాంబుధియగు సర్వేశ్వరుని యపూర్వాద్భుత సంపదలలోనికెల్ల మానవదేహమే ప్రశస్తమైన సౌభాగ్యము. ఇదియే యీ మహామహుని సమస్తవైభవములకును, సకల విభూతులకును, నిఖిల సౌఖ్యములకును బట్టుఁగొమ్మ. మానవ దేహయంత్రనిర్మాణమునుగూర్చి దీర్ఘముగఁ బరిశీలించిన సర్వేశ్వరుఁ డద్దానిచే నెట్టిపవిత్రములగు మహోన్నత కార్యకలాపముల నాచరింపఁజేయ రచించియున్నాఁడో మనము గ్రహింపఁగలము.

సాధారణ మానవప్రపంచము సంపదలలోని కెల్ల శ్రేష్ఠతమమగు దేహసంపత్తియొక్క మాహాత్మ్యమును విస్మరించివైచి, క్షణభంగురములును, వ్యర్థములును, మూఢమానవకల్పితములును నగు ధనధాన్యాదికములనే సంపూజ్యములుగ భావింపఁ గడంగియున్నది. శరీర విజ్ఞానశాస్త్ర పరిచయముగల ప్రతివ్యక్తియు నీశ్వరుని యమూల్యసంపద యనఁదగు మానవదేహ మెట్టి మహోద్దేశ్యముతో నీభువి నావిర్భవించినదియు సంపూర్ణముగా గ్రహింపఁగలఁడు.

ఇహలోకమునకు సంబంధించిన జీవితముయొక్క ప్రయోజనా ప్రయోజనములు మానవుని శరీర స్థితి ననుసరించియే తటస్థించుచున్నవి. మానవుని జీవితము భయంకరముగను, బాధ్యతాయుతమును నగు నొక భయంకర సంగ్రామమువంటిది. ఈ సంగ్రామమునఁ బ్రవేశించు యోధుఁడు మొక్కవోని ధైర్య స్థైర్యములకును, శ్రద్ధాది సుగుణములకును బట్టుఁగొమ్మగా నుండినఁగాని సఫల మనోరథుఁడు కాఁజాలఁడు.

మానవుని యీ జీవితసంగ్రామమునందు సుఖదుఃఖములు, భయనిర్భయములు, ఆనందనిరానందములు, హితాహితములు, జయాపజయములు తటస్థించుచుండుటను మనము విలోకింపఁగలము. జీవితసంగ్రామప్రక్రియకుఁ గడంగిన వ్యక్తి నిరుత్సాహమును జెందక, సాహసమును గోల్పోవక, శత్రుపక్షమును గురించి విధ్వంస మొనర్చి మిత్రబృందమును సానందహృదయముతో గాఢాలింగన మొనర్చుకొనఁ గలిగి

నపుడే యథార్థ జీవితలక్ష్యములగు సౌఖ్యానందశాంతులఁ గరతలామలక మొనరించుకొన సమర్థుఁ డగుచున్నాఁడు.

స్వతంత్రతమును, విజ్ఞానయుతమును నగు బుద్ధిచే నల రారు మానవోత్తముఁడు ప్రాపంచకు లనేకులచే గంటక ప్రపూర్ణమనియు, నిస్సారమనియు దుఃఖభయ వ్యాధి మరణ గ్రస్తమనియు భావింపఁబడెడి యీప్రపంచమును దనకయి సౌఖ్యానంద నిలయముగ నిర్మించుకొన సమర్థుఁడగు చున్నాఁడు.

మనుష్యజీవితమును శాంతిమయంబుగను, సారభూత ముగను జేసికొనఁగల శక్తిని దయానిధియగు సర్వేశ్వరుఁడు మనకుఁ బుట్టువుతోడనే ప్రసాదించియుండ మనము విజ్ఞాన దృష్టిలేనివారలమయి, మౌఢ్యమునకు వశవర్తులమయి, కష్ట లేశమును, దుఃఖమును విలోకించినంతనే భయభీతులమయి విశ్వమును, మానవజీవితమును నిరుపయోగములగు పదార్థ ములని దూషింప నారంభించుచు హతవిధీ యని దైవమును తెగనాడుట కేని వెనుకాడకున్నారము.

విజ్ఞానరాహిత్యమే మానవువకు విశ్వముపట్ల వెగటును గలిగించుచుండును. మానవుని స్థూలదృష్టికి నిరుపయోగముగ గోచరించు శుష్కవస్తువునుండియే విజ్ఞానము పీయూష ప్రవం తిని బహిర్గత మొనరింపఁ గలదు. యథార్థ మాలోచింప నీ ప్రపంచముయొక్క తత్వమే సుఖదుఃఖ సమ్మిశ్రితమయి యున్నదే కాని వేఱొండు కాదు.

"సుఖస్యానంతరం దుఃఖం దుఃఖస్యానంతరం సుఖం,
ద్వయ మేతద్ధి జంతూనా మలంఘ్యం దినరాత్రివత్."

"రాత్రి గడచినంతఁ బవలును, దినము గడచినంత రాత్రియు వచ్చు విధంబుననే సుఖదుఃఖములును నొకదాని వెంట మఱొక్కటి వచ్చుచు జీవకోటి కనుల్లంఘ్యము లగుచున్నవి."

లోకానుభవజ్ఞానముచే మనము మన జీవితములను దుఃఖమయంబులుగఁగాని సౌఖ్యపూర్ణములుగఁగాని చేసికొనఁగల సూత్రమును బరాత్పరుఁడు మన హస్తములయందే భద్రపఱచి యుంచినట్లు గ్రహింపఁగలుగుచున్నారము. ఈ పరమరహస్యము నెఱింగియే హూణదేశీయ పండితులలో నొక మహాత్ముఁ డిట్లు వచించియున్నాడు:—

"As a rule, life is what we choose to make it."

"మన మభిలషించినట్లెల్ల మన జీవితమును నిర్మాణ మొనరించుకొనుటయే ప్రకృతినిబంధనము."

ప్రతి మానవుఁడు తన జీవితము నానందమయముగ నేరీతిఁ గావించుకొనఁదగునా యను విచారణయందే నిమగ్నుఁడయి యుండుచుండును. ఈ ప్రపంచమందు దుఃఖమును బ్రేమించుట జీవనైజమునకు విరుద్ధముగ నున్నది. పిపీలికాది బ్రహ్మపర్యంతముఁ గల సకల జీవరాసులు నిరంతరము సౌఖ్యము నిమిత్తమే వ్యాకులపడుచుండును. ఆబాలగోపాలము దివారాత్రములు సౌఖ్యమును గూర్చియే చింతించుచుండుట కనుచున్నారము.

మానవప్రపంచముయొక్క దైవప్రార్థనావిధానము నయితము సౌఖ్యయాచనాభావములతోడనే నిండియుండు

చున్నయది. లోకమునం దెల్లరు భగవానుండా! నాహృదయ మునకు శాంతి నొసంగుము. ఆనందమును బ్రసాదించుము. సౌఖ్యదాయకములగు సమస్తపదార్థముల దయసేయుము. మాకుటుంబమందలి పిన్నపెద్దల కెల్లరకు క్షేమమును గలుగం జేసి మమ్ము సంతోషింపంజేయుమా' యని ప్రార్థించు చుందురు.

హిందూమతమునం బరమపవిత్రములుగ గణింపంబడు వేదాదులయందే విజ్ఞానఘనులగు నార్యులు జీవితసౌఖ్యభిక్షను బ్రసాదింప సర్వేశ్వరుని ప్రత్యక్ష భౌతిక శక్తులగు సూర్య చంద్రాదులం బ్రార్థించియుండినట్లు మనకు స్పష్టపడుచున్నది. యథార్థమగు సౌఖ్యాభిలాషను జీవుండు గలిగియుండుట ధర్మ విరుద్ధము కానేరదు. మనుష్యులమగు మనమెల్లరము వాస్త విక సౌఖ్యసంపాదనావిధానము నెఱింగి దాని ననుసరించి సౌఖ్యవంతుల మగుటకు యత్నించు టావశ్యకము.

మనము నిరత మాచరించు దుష్కార్యములు, మనము తలపోయు దుర్భావములు మన భయదుఃఖములకు ముఖ్య కారణములు. విజ్ఞానముచే దుఃఖములనతిక్రమించి మానవులు సౌఖ్యములం బడయుటయే భగవదుద్దేశ్యము.

"ప్రతి మనుష్యుండు సదా యీ లోచన గోచరమగు ప్రపంచము దనకు సారహీనముగను, దుఃఖమయముగను, భయానకముగను గోచరించుటకు హేతువేమి? మానవుని జీవితము చింతాకులమయి, నిస్తేజమయి, ప్రమాదగ్రస్త మయి యుండుట కేమిహేతువు? మనుజుం డేల కార్యనిర్వ హణ శక్తిశూన్యుండయి నిరంతరము నిజ దుర్భాగ్యమును

గూర్చి శోకించుచు మహోద్యోగములనుండియు, మహో ద్యమములనుండియు విముఖుఁడగుచున్నాఁడు? ఇహపరముల సదా విరామములేక ప్రవహించుచుండు మహత్తర శాంతి పీయూషరసమును పానమొనరించు భాగ్యమునకు మానవుఁ డేల నోచుకొనలేదు? పురుషార్థముల మనుష్యుఁ డేల పురు షత్వవిహీనుఁడయి తాను పరమాత్మాంశసంభూతుడ నని గుర్తించియుండియు సంపాదింపఁ జాలకున్నాఁడు? తరుణ ప్రాయమునందు బలాఢ్యుఁడయి, సుందరశరీరుఁడయి, సుస్నిగ్ధ కాంతివిలసితుఁడయి యుండవలసిన మనుజుఁ డేకతన మూఁడు గాళ్ల ముదుసలివలె వికృతాకారుఁడయి జనసత్త్వము లుడుగ, సౌఖ్యానందము లెట్టివో యెఱుంగఁజాలక మూలఁబడి మూలుగుచున్నాఁడు?'' అను మహత్తరములగు నీప్రశ్నలను గూర్చి దీర్ఘముగ, నిశ్చలదృష్టితో విచారింపవలసియున్నది. ఈరీతి దూరదృష్టితో నాలోచించు మనుష్యునకు లోకము యొక్క నేటి దుస్థితికిఁ బవిత్రాత్మగేహమగు దేహము నిర్లక్ష్యముగా జూడఁబడుటయేయని తత్క్షణము స్ఫురింపఁ గలదు.

ఒకప్పుడు సకలప్రపంచమునకు భరతఖండము నాయక మణియయి చెన్నొందిన దినములలో భారతీయులు దమజీవిత కర్తవ్యములలోని కెల్ల దేహసంరక్షణమునకే విశేష ప్రాధాన్యము నొసంగుచుండిరి. వారు శరీరమునే మోక్ష సిద్ధికి మూలసాధనమని సమస్త మతగ్రంథముల సిద్ధాంతీక రించి యున్నటులఁ బాఠకులమగు మనకుఁ దెల్లమగు చున్నది. భూలోకమును సౌఖ్యానంద శాంతినిలయమగు స్వర్గధామముగఁ బరిణమింపఁ జేయఁగల యద్భుతమగు

సామర్థ్యము సముచితదేహ సంరక్షణవిధానమందే యంత ర్భూతమయియున్నది.

దేహసంరక్షణ మారోగ్యసూత్ర పరిజ్ఞానముమీఁదను, తత్సూత్రానుసరణము మీఁదను సంపూర్ణముగా నవలంబిత మయి యున్నది. ప్రపంచమందలి యే మనుష్యమాత్రుఁడును శరీరారోగ్యమార్గముల గూర్చి తెలియనిదే తనదగు నైహిక జీవితమును, తదనంతరము పారమార్థిక జీవితమును సఫలీభూత మొనరించుకొనఁ జాలఁడు. ఆబాలవృద్ధ పర్యంతము గల సమస్తమానవులు స్వాస్థ్యసాధనముల సదా తమయొద్దఁ బదిలపఱచుకొను టెందును శ్రేయస్కరము.

పంచదశ ప్రకరణము

ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యము



ఈశ్వరసృష్టియొక్క సారమంతయు దేహారోగ్యమందే కేంద్రీకృతమయి యున్నది. ఏనాఁడు దేశమునం దారోగ్య మను మహాసంపద లుప్తీభూతమయిపోవునో, నాఁడు దేశము యొక్క దశదిశల దుఃఖారావములు, విపత్పరంపరలు, భయంకర మృత్యువులు, ఘోరాంధకారము తాండవించు చుండుట మనము వీక్షించుచునే యున్నారము.

ఆరోగ్యవంతము కాని జాతిచే స్థాపింపఁబడిన విశాల ములగు సామ్రాజ్యములు స్వల్పకాలమందే కాలగర్భమున లీనమయి పోవుచున్నవి. ప్రపంచమందలి ప్రతిదేశము నిజాభ్యుదయమునకయి నిశ్చయించుకొనియున్న పవిత్ర కర్తవ్యములలోని కెల్ల నారోగ్యసంరక్షణ మను కర్తవ్యమే ప్రథమగణ్యముగ నున్నది.

ఆరోగ్యవిహీనుఁడగు మానవుఁడు కుబేరుఁడయి యున్నను, రాజాధిరాజయి యున్నను, పండితప్రకాండుఁ డయియున్నను, సహస్రానుసహస్ర భృత్యులచే సేవా శుశ్రూషల నందుచున్నను సుఖలేశమునయిన ననుభవింపఁ జాలఁడు. అనారోగ్యస్థితియం దట్టి వ్యక్తికిఁ బ్రపంచమందలి సమస్త పదార్థములు నిరుపయోగములుగను, సారహీన ములుగను గోచరించుచుండఁగలవు.

అతఁడు నిరంతరము శరీరదుర్బలత్వముచే బాధ నందు చుండును. ధనము తనయొద్దఁ బుష్కలముగా నుండుటచే నతఁ డనేకులగు భిషగ్వరుల రావించి చికిత్స నంది స్వస్థశరీరుఁడుగాక విఫలమనోరథుఁడయి యంగలార్చుచుండును. ఆరోగ్యహీనుఁడగు నతని కపు డీశ్వరసృష్టియే వ్యర్థమగు పదార్థముగఁ గానరాఁగలదు. అనుదిన మతనిజీవితము జీవకళాశూన్యమగుచు భయంకర మృత్యుముఖమునఁ బడిపోవు చున్నట్లుండి వానిని మఱింత భీతావహునిగఁ జేసివైచు చుండును.

ఆరోగ్యము లేక శరీరాత్మ వేదనలచేఁ గృశించు మనుష్యునకు ధనధాన్యైశ్వర్యములును, పుత్రకళత్రమిత్రాదులును నుద్ధారకులు కాఁజాలరు. ఆరోగ్యశూన్యునకు నిత్య దుఃఖానుభవమే శరణ్యము. అస్వస్థదేహుఁడు శరీరపీడకుఁ దాళఁజాలనివాఁడయి సదా విషమును మ్రింగియో, అగాధ జలంబున మునింగియో — ఆత్మహత్య చేసికొనుటకు యత్నించుచుండును.

నేఁటిదనుక ప్రపంచమునం దెందఱో స్త్రీ పురుషు లస్వస్థచిత్తులయి, అనారోగ్యముయొక్క భయంకర ప్రకోపానలజ్వాలల తాపమును సహింపలేక బలవన్మరణముల పాలయి యున్నటుల లోకానుభవము చాటుచున్నది.

అనారోగ్యముచే నస్వస్థచిత్తుఁ డొక్కఁడే దుఃఖితుఁడు కాఁజాలఁడు. సదా శరీరయాతనల ననుభవింపఁజాలక వగచుచుండు రోగిని వీక్షించి యతని సహధర్మచారిణియు, జననీజనకులును విశేషమగు దుఃఖము ననుభవించుచుండ

గలరు. ఒక వ్యక్తి దేహారోగ్యమును గోల్పోవుటచే నతని కుటుంబమంతయు సౌఖ్యము నెఱుంగక దుఃఖాంధకార బంధురమయి యుండఁగలదు.

ఆరోగ్యమును గోల్పోయిన వ్యక్తి నిర్ధనుఁడయి యున్నచో వానిదుఃఖముల కంతమే లేదు. వ్యాధిపీడనముచే స్వకుటుంబ పోషణశక్తి వానియందు లోపింప శక్తిశూన్యుఁ డగు నతనిపరివారమే యతనిని బోషింపవలసివచ్చుచున్నది. వ్యక్తిగతమగు ననారోగ్యసమస్య వ్యక్తిని బాధించుటతో ముగియక కుటుంబ జీవితసౌఖ్యమును హరించి, భయంకరోప ద్రవములకు బీజాంకుర మొనరించుచున్నయది.

ఆరోగ్యములేని మనుష్యుని జీవితము వసివాడి రాలి పోయిన పుష్పమును బోలియుండును. అందు సువాసన నశించును. సౌందర్యము నమసిపోవును. జీవశక్తి లోపించును. అపు డద్దానివిలువయే క్షీణించిపోవును. విలువలేని వస్తువును లోకమే ప్రేమింపఁజాలదు.

ఆరోగ్యశూన్యమగు దేశము నాస్తిక దేశమగును. అందు దేవుఁడు నివాసము సేయనొల్లఁడు. భయంకర వ్యాధు లను పెనుభూతము లట దివారాత్రములు యథేచ్ఛగా సంచ రించుచుండును. మృత్యువను క్రూరుఁడు రక్కసి బీభత్స మును గొలుపుచు దేశమునం దెల్లెడలఁ దానుగా విహరిం చుచు మానవజాతి యొక్క కవోష్ణ రక్తమును దయమాలి గుటగుట త్రాగుచుండఁగలదు.

అట్టిస్థితి యందు దేశమంతయు స్వల్పకాలమందే మానవ సంజాతముపోయి పీనుఁగువెంట యయిపోవఁగలదు. ఇది యెఱింగి యరణ్యములందు నివసించు ఘాతుకమృగముల వలె నియమములేక, నిష్ఠలేక, నీతిలేక దేహవిషయమున యథేచ్ఛగా సంచరింపకుండుటకు గురుజనులు మానవజాతీయ కల్యాణార్థము శరీరవిజ్ఞానమును ననుసరించి యారోగ్య సూత్రముల నిర్మించి యున్నారు.

ఆ సూత్రములఁ బాలించు వ్యక్తియే ప్రశాంత జీవిత సౌఖ్యము ననుభవింప సమర్థుడగును. ప్రకృతి తత్వ పరిశీలనముచే నియమపాలనమందే దేహారోగ్యము సంరక్షింపఁ బడఁగలదని తెల్లమగుచున్నది. మనుష్యుఁడు యుక్తాయుక్తవిచక్షణ కనువగు ప్రాయము నందినంతనే 'ఆరోగ్యమే మహాభాగ్య' మని గ్రహించి తత్సంపాదనమునకయి తన యావచ్ఛక్తిని ధారవోయుట శ్రేయస్కరము.

ఏదుమూఁడవ ప్రకరణము

ఆరోగ్యసంపాదనము మానవధర్మము

"Who wants health wants every thing"

" ఆరోగ్యము నర్థించుటయందే సకలము సిద్ధించుచున్నయది"

ప్రపంచమందలి సకలదేశములలో సకలసంపదలయందొకప్పుడు ప్రథమస్థానము నలంకరించియున్న భరతఖండము నేఁడు మహాభాగ్యమగు నారోగ్యమం దితర దేశములకంటె వెనుకఁబడియున్నది. ప్రపంచమందలి యితర దేశములన్నియు శరీర ధర్మము లెవ్వియో, శరీర విజ్ఞానమెట్టిదో తెలియఁజాలనట్టి యనాగరికస్థితియందున్నపుడు భరతభూమియందు జన్మించి యుండిన స్త్రీపురుషులందఱు శరీరమనోవిజ్ఞానమున దక్షులయి యుండి, ఆరోగ్యమార్గముల ననుసరించుచు తేజోబల వీర్యోత్సాహములచే వజ్రసమదేహులయి యుండినటుల దేశచారిత్రములే చాటుచున్నయవి.

ప్రాచీనభారతీయుఁ డాముష్మిక జీవితమునకు భౌతిక జీవితముతోడ నవినాభావమగు ప్రగాఢసంబంధము కలదని విశ్వసించుచుండెడివాఁడు. మన ప్రాచీన మతగ్రంథములన్నియు శరీరారోగ్య సంరక్షణమునకును, ఆత్మతత్త్వజ్ఞాన సంపాదనమునకును గల సంబంధముపై స్థూల సూక్ష్మ సిద్ధాంతముల నెన్నింటినో రచించియున్నవి.

పరమపవిత్రములగు వేదములకు ముఖ్యాంగమగు నాయుర్వేదము ప్రకృతిశాసన పాలనమునే దేహారోచిత మగు చికిత్సగా నిర్ణయించియున్నది. చరకశుశ్రుతాదులును యథాశక్తిఁ గృత్రిమౌషధసేవనము లేకయే మానవలోకము యొక్క పవిత్రసంపదయగు నారోగ్యమును సంరక్షించు విషయమునుగూర్చి విచారించియున్నవి.

ఆరోగ్యమార్గము ననుసరించుటవలననే మనపూర్వార్యు లందు భీమాంజనేయులను బోలు భూరిబలసత్వసంపన్ను లును, శ్రీకృష్ణకర్ణార్జునులను బోలు మహాబలపరాక్రమ సంపన్నులగు వీరచూడామణులును భరతమాతృగర్భమున జనించియుండిరి.

నేఁడెదిక్కును బరిశోధించినను, ఏవైపుఁ జూచినను దేహారోగ్య సూత్రనిరసనమే కాననగుచున్నది. నానాఁడు విజ్ఞానాదర్శము దూషితమయిపోవ స్త్రీపురుషులెల్లరు నమూల్యమగు దేహము నొక వినోదవస్తువుగ భావించి యథేచ్ఛగా దానిని విలాసమయ కార్యములకయి వినియో గించుచున్నారు.

దేహమును సక్రమవిధిచేఁ బోషించుకొనుచుఁ దనూ్మ లమున లోకమందలి సౌఖ్యానందముల ననుభవింప దేవుఁడు మనుష్యజాతి నాజ్ఞాపించియున్నటుల దేహనిర్మాణమును బరి శీలించు ప్రతివ్యక్తియు గ్రహింపఁగలుగుచున్నాఁడు. దేహము నొక నీచపదార్థముగ భావించి, దానిని నింద్యకర్మలకయి దుర్వినియోగ మొనరించు వ్యక్తి భ్రష్టుఁడయి సౌఖ్యదూరుఁ

డగును. నేఁడు వృద్ధులగు స్త్రీపురుషులందుకంటె యువతీ యువకులందే భయంకరములగు వ్యాధులు పెచ్చుపెఱిగి యున్నటుల గోచరమగుచున్నది. వృద్ధులును, ఆరోగ్యసూత్రములనంతగాఁ బాలింప నభ్యస్తులయి యుండకపోయినను బాల్యమాదిగ ననారోగ్యసంభూతములగు భయంకరవేదనల ననుభవించియున్న వారలగుట ననుభవములేని యౌవనులకంటె దేహారోగ్యమం దొకింత లక్ష్యమును గలిగి వర్తించుచున్నారు.

యువజనులు జ్ఞానానుభవములు రెండును లేక దుస్సాంగత్యమునకు వశులయి, దురభ్యాసములకుఁ బాల్పడి కామాది విషయలాలసలచేఁ బ్రేరితులయి పవిత్రమును, కోమలమును, సుందరమును, నగు దేహము ననారోగ్యాగ్నికింధనముఁ గావించివేయుచుండుట కడుంగడు శోచనీయము.

నేఁటి విద్యార్థులయొక్క శరీరములు కడు దుర్బలములయి, వృద్ధుల ముడుతలు వడియున్నట్టియు, కాంతిశూన్యములయినట్టియు జర్జరదేహములకంటెఁ జూచుట కసహ్యముగానున్నవి. నేఁడు పాఠశాలలందును, విశ్వవిద్యాలయములందును దృఢగాత్రులును, స్వస్థదేహులును నగు యువకులసంఖ్య బహుస్వల్పముగా నున్నది.

నేఁటి యువకుఁడు ధనురాకృతిని గలిగియున్న కటిసీమను, దుర్బలములగు హస్తములను, రక్తమాంసశూన్యమగు దేహమును, పుల్లలవంటి కాళ్ళను, కాంతిశూన్యమయి, తేజోవిహీనమయి యున్న వదనమును, సదా వేడినీటిని

స్రవింపఁజేయుచు నిస్తేజములై యున్న నేత్రములను, లొట్టలు వడిపోయిన కపోలములను, శుష్కించిపోయిన వక్షస్స్థల మును, మృదుత్వమును బాసి మొద్దువాఱిన ప్రకాశ శూన్యమగు చర్మమును గలిగియుండి దర్శకుల కస్థిపంజర మును స్మృతికిఁ దెచ్చుచున్నాఁడు.

విద్యార్థులు దేహారోగ్య శూన్యులయి యుండుటచే శరీరమున కవసరము లగుచుండు కర్తవ్యముల నిర్వహించు కొనజాలనట్టి దుర్బలస్థితికిఁ బాల్పడియున్నారు. దేహారోగ్య విహీనుఁడగు ఛాత్రుఁడు తన పాఠ్యపుస్తకముల వెంట నిడి కొనిపోవుట నొక శ్రమగ భావించుచున్నాఁడు. నేఁ డుపా ధ్యాయుఁ డడుగు ప్రశ్నలకుఁ బది నిముసములయిన నిలువఁ బడియుండి ప్రత్యుత్తరము నొసంగుటకేని విద్యార్థుల కాళ్ళ యందు శక్తి కొఱవడి యున్నదనుటలో నత్యుక్తి కానరాదు. ఒక్కబిగువునఁ దరగతిలో బద్ధాసనాసీనుఁడయి యుండు టయే యీనాఁటి విద్యార్థికి మిక్కిలి కష్టముగఁ గానవగు చున్నయది.

అనుదిన మారోగ్యము నశించుచుండుటచే యువ జనులు దుర్బలశరీరులయి సామాన్యశ్రమ సలుపుటకేని సాహసింపఁజాలకున్నారు. నేఁడు ప్రతియువకుఁడును నిరంత రము విశ్రాంతిసౌఖ్యము ననుభవించుట కాతురతను బ్రక టించుచున్నాఁడు. కాలినడకను బ్రయాణ మొనరించుట యువజనులయెడ గనగ పుష్పమయినది. విధిలేక యే విద్యార్థియయిన నొక్కపట్టున గడియకాలము శ్రద్ధతో

గ్రంథావలోకన మొనరింపఁ గడంగినచోఁ దత్క్షణమే శిరోవేదనముచేతను, నేత్రతాపముచేతను బాధింపఁబడు చున్నాఁడు.

నేఁటి విద్యార్థులు విరామములేకుండ శ్రద్ధతోఁ జదివిన యొక గంటకాలమును గలిగియున్న దినములే బహు స్వల్పములు. నేఁటి ఛాత్రులం దనేకులు లోకలజ్జాభయము నను, మాతాపితల నిర్బంధముననను, భావిజీవిత సౌఖ్యము కొఱకును దేహారోగ్యము లేకపోయినను దైహిక, మానసిక బాధలకు గుఱియగుచుండియు నెట్లో విద్యాభ్యాస మొన రించుచున్నారు. వా రట్లు నిర్బంధముగా శరీరమునకు శ్రమను గల్పించుటచే స్వల్పకాలమునందే వ్యాధిగ్రస్తు లయిపోవుచున్నారు.

లఘ్వాహారమునయినఁ బచన మొనరించుకొనఁ జాల నట్టి దుస్థితి వారి జీర్ణకోశముల నాశ్రయించుచున్నది. అట్టి దుర్బలదేహు లెపుడేని విందులయందును, మఱి యేవేని పర్వదినము లందును, పౌష్టికాహారపదార్థముల నాత్మీయుల నిర్బంధముచేఁగాని జిహ్వాచాపల్యముచేఁగాని భుజింతురేని యవశ్యము జీర్ణశక్తిశూన్యులగుటచే నుదరశూలచేఁ బీడింపఁ బడఁగలరు.

ప్రస్తుతము మనదేశమందు నూటికేబదిమంది యువకు లిట్టి శరీరదుస్థితికిఁ జిక్కి మిక్కిలి సుక్కుచున్నారు. ఇట్టి భయంకరమగు విపద్దశనుండి విమోచనము నందుటకు యత్న మొనరించుట యువజనుల ముఖ్యకర్తవ్యము కాదని యెవరు నుడువఁగలరు ?

మనుష్యులమగు మన మెల్లరము మన శరీరముల స్వస్థస్థితియం దుంచఁగలిగినపుడే దేహముయొక్క వివిధావయవములు తమతమపనుల సక్రమముగ నిర్వహింపఁగలవు. అపుడే మనకారోగ్యధనము పుష్కలముగా లభించి మనల సౌఖ్యానందముల ననుభవించుట కర్హులుగ సిద్ధమొనరింపఁగలదు.

దుర్బలశరీరు లెన్నివిధముల యత్నించినను, యెన్ని రాజౌషధముల సేవించినను, బాహ్యోపశమనమున కెన్ని కృత్రిమసాధనములఁ బ్రయోగించినను స్వస్థదేహులవలె నిత్యానందసౌఖ్యముల ననుభవించుచుఁ బ్రశాంతమగు జీవితమును గడపఁజాలరు. మనుష్యులకుఁ దాము స్వస్థశరీరులుగా నున్నపుడు మిక్కిలి రుచించిన పదార్థములే యనారోగ్యదశయందును, దుర్బలావస్థయందును నత్యంత మరుచికరములుగ నుండఁగలవు.

నిరంతర విద్యావ్యాసంగమునం దారితేఱిన విద్యాసక్తుఁడగు నొక వ్యక్తిని నతఁ డస్వస్థుఁడుగా నున్నపుడు సభామందిరమునకు రావించి యొకానొక మహాపండితుని యమూల్యమగు గంభీరోపన్యాసము నాలకింపఁ గోరుదుమేని తదుపన్యాసశ్రవణమున కా బుద్ధిమంతుఁడు ప్రసన్న హృదయముతో నంగీకరింపఁజాలఁడు. అతఁ డొకవేళ విద్యాసక్తిచే బండితోపన్యాసము నవధరించుట కరిగినను శ్రద్ధతో నాలింపనేరఁడు.

అస్వస్థదేహుని యంగప్రత్యంగములన్నియుఁ దమ తమ విధుల సక్రమముగ నిర్వహింపఁజాలవు. ముఖ్యముగా

నతని చిత్తము వ్యాకులమైయుండుటచే నేవిషయమందును నతని దృష్టియు, ధ్యానమును నిశ్చలముగా నుండఁజాలవు. అనుక్షణ మతనిచిత్తము శరీరదౌర్బల్య సంజనితములగు వేదనలచే బాధింపఁబడుచుఁ జంచలమగుచు నతని కుపన్యాసకుని గంభీరమగు వక్తృత్వ మగ్రాహ్యముగ నుండఁ గలదు.

అనారోగ్యసంపన్నుఁ డిహపరములకు సంబంధించిన యెట్టి సామాన్యకార్యమునయిన నాచరింప నేరఁడు. అనారోగ్యసమస్యచే మనుష్యజీవితమున శ్రద్ధాభక్తులు స్థిరముగా నిలువనేరవు. ఆరోగ్యము లోకమం దన్నివిషయముల సమస్తజీవరాసుల కపేక్షణీయమయి యున్నది. అనారోగ్య స్థితియం దెట్టి మృదు మధురములగు ఫలముల భక్షింప నొసంగినను మనుష్యునకు రుచింపనేరవు.

రుచ్యమగు భక్ష్యమేని రోగికి విషప్రాయముగ నుండఁ గలదు. ఆతని కెట్టి మేలువంటకము నారగింప నొసంగినను దానిని చూచినంతనే వమనమగుటకేని సందేహ ముండదు. నిరంతర మతని దుర్బలదేహమందలి చంచలచిత్తము వ్యాకుల మయియుండుటచే నతనిబుద్ధి యెట్టి సత్కార్యము నందును, సదుద్యమమందును దృఢప్రయత్న మొనరించినను జొప్పింపఁబడనేరదు.

అనారోగ్యముచే మానవుని చిత్తస్థైర్యము, బుద్ధి వికాసము, సంకల్పబలము, ఇచ్ఛాశక్తి సడలిపోవ వాని సమస్తేంద్రియములు విశృంఖలములయి విచ్చలవిడిగా సంచ

రింపనేర్చి మనుష్యజీవితమును వ్యర్థమొనరించి వేయుననుట రూఢి.

ఆరోగ్యశూన్యుని దృష్టిపథమున సదా దుఃఖపరంపరలే దొఱలుచున్నట్లు పొడకట్టుచుండును. ఆతని కీ జగమంతా విషాదమయంబుగను, భయానకముగను, నిస్సారముగను సదా గోచరించుచుండఁగలదు. అతని కీ లోకమంతయు గాఢాంధకారబంధురముగ నున్నట్లు కానవయి తన జీవితమునందు విరక్తి, అసహ్యాభావము క్షణక్షణము కలుగుచుండును.

వాఁ డెంతగాఁ బ్రయత్నించి స్థిరముగాఁ గూర్చుండ యత్నించినను, భగవద్ధ్యానమందు మనస్సును సంలగ్నపఱచి నిర్విచారముగ, ఐహికసౌఖ్యముల నొల్లకయే జీవితమును గడపఁదలంచినను వానిచిత్త మనుక్షణ మసంఖ్యాకములగు వికారములకును, విచారములకును, వేదనలకును గుఱియగుచు వానిని తల్లడిల్లఁజేయుచుండును.

సజీవుఁడగు మనుష్యుఁడు బలాత్కారముగఁ బ్రచండాగ్నిజ్వాలల కాహుతి గావింపఁబడినపు డెట్టి భయంకరమును, దుర్భరమును నగు బాధకు లోనయి తాళఁజాలక హాహాకారములు కావించునో, అదియేచందమున స్వస్థతలేని మనుష్యుఁ డహోరాత్రములు నిరంతర దుఃఖాతిశయముచే బాధితుఁడయి కుయ్యో మొఱ్ఱో యని యెలుగెత్తి రోదన మొనరించుచుండఁగలఁడు. నిరంతరబాధల ననుభవింపలేని కారణముచే నతని కనుదిన మీ లోకముమీఁద నాసక్తియే నశించిపోవుచుండఁగలదు.

ఆతని కీ విశాలమగు విశ్వమందలి సుందరములగు ప్రకృతిదృశ్యముల విలోకించినంతనే యాతనినేత్రముల శూలాఘాతమయినట్లు బాధ కలుగుచుండఁగలదు. ప్రకృతి యొక్క మనోహరదృశ్యముల రామణీయకత వానికి మిక్కిలి యసహ్యాకరముగా నుండుటచే జనుషాంధునివలె సదా కండ్లు మూసికొనియుండుటకే కోరుకొనుచుండఁగలఁడు.

ఆతని దేహమం దంతట నిరంతరము చీమలు ప్రాకినట్లుగను, వృశ్చికములు సంచరించినట్లుగను నుండుచుండును. క్షుధార్తిచే భయంకరముగ గర్జించుచు ముఖమును దెఱచుకొని తన్నుఁ గబళించివేయఁ దనదెసకుఁ బరుగెత్తి వచ్చు శార్దూలమును విలోకించి భయభీతుఁడగు బాలకునివలె వ్యాధిగ్రస్తుఁడు పరమదయాసింధువగు జగదీశ్వరుఁడు లోకమున కనుక్షణము ప్రసాదించుచుండు సౌఖ్యసముదాయము మూర్తీభవించిన భయంకర పిశాచమయి తన కట్టెదుట సాక్షాత్కరించుచుండుటచేఁ బెల్లుగఁ దల్లడిల్లుచుండఁగలఁడు.

అనారోగ్య మెట్టి పరమసంతోషకరమగు విషయము నయిన దుర్భరమగు దుఃఖముగ బరిణమింపఁజేయఁగల రాక్షస శక్తి యుక్తమయి యున్నది. లోకమందలి మహాత్ములనేకులు స్వానుభవముచే బాండిత్యశూన్యత కంటెను, నిర్ధనత్వము కంటెను, రూపవిహీనతకంటెను, ననారోగ్యమే దుర్భరమగు దారిద్ర్యమనియు, అనారోగ్యయుతమగు వాతావరణమే భయంకరమగు నరకమనియు నొక్కి వక్కాణించియున్నారు.

మనుష్యున కెన్ని సంపదలున్నను, విద్యావివేకము లున్నను, విశాలమగు సామ్రాజ్యము లుంకువ యయి యున్నను దేహారోగ్య మొక్కటి లేకున్నచో వానిజీవిత మరణ్య రోదనమువలె వ్యర్థమయి బహుళదుఃఖకారణము కాకమానదు. మనుష్యజీవిత సాఫల్యమునకు జ్ఞాన విజ్ఞాన ములకంటె దేహారోగ్యమే యత్యంతావశ్యకమయి యున్నది.

కావున మనుష్యుఁ డారోగ్యమునుగూర్చి నిరంతరము శ్రద్ధను గలిగియుండు టగత్యము. అనారోగ్య పీడితున కాహార పానీయ నిద్రాదులయందే రోఁత జనింప నను దినము నాత్మ హత్యాప్రయత్నములకుఁ గడంగుచుండఁ గలఁడు.

మనుష్యజీవితముయొక్క సమగ్రసౌఖ్యానందముల కునికి దేహారోగ్యమే. దేవుని సృష్టియందు మహాపాపి యెవఁడని విచారించినచో నారోగ్యము లేనివాఁడే యని తత్క్షణమే స్పష్టపడఁగలదు. రోగి సంగీతము నాలించినంతనే త్రుళ్ళిపడి లేవఁగలఁడు. బాలబాలికలను, పశువులను, పాషాణములను సంతోషాతిశయముచే ద్రవీభూత మొన రింపఁగల మృదుమధురమగు సంగీతమే రుగ్ణుని కర్ణపుటము లకు శూలాఘాతమువలె వేదనోత్పాదక మగును.

ఆతఁడు రాత్రులందు సుఖనిద్ర లేక పర్యంకముపై నటునిటు దొర్లుచు శరీరపీడచే సదా మూల్గుచుండఁ గలఁడు. అతఁడెట్టి సామాన్యకార్యమునయిన నిర్వహించుకొనలేమి దాసాధమునివలె, హీనుని చందమున, అనాథయగు నబలా విధంబునఁ బరుల కరావలంబనమునకయి నిరీక్షించుచుండ

గలఁడు. ఆతని కీ ప్రపంచము భగభగ మండుచున్న నిప్పు ముద్ద (అగ్నిగోళము) వలెఁ గానవచ్చుచు శరీరతాపమును వర్ధిల్లఁజేయుచుండఁగలదు.

ధనధాన్యములు లేకున్నను, విద్యావివేకములు కొఱవడియున్నను స్వస్థదేహుఁడే కార్యమును సంకల్పించినను సులభముగా నిర్వహించి విజయలక్ష్మిని సంపాదించి నిరంతరానంద సౌఖ్యవారిధి నోలలాడుచుండఁగలఁడు.

ఆనందము, సౌఖ్యము, శాంతి—యివియే శాశ్వత సంపదలు. ఇట్టి చిరసంపదలకుఁ గర్తయు, భర్తయు, భోక్తయు, నారోగ్యసంపన్నుఁడగు మనుష్యుఁడే యని వేఱుగఁ నుడువఁ బనిలేదు. మానవవిజ్ఞానమం దాచరణీయమగు సిద్ధాంతములలోఁ దొల్లింటిది దేహారోగ్యము.

దేహారోగ్య మను సిద్ధాంతమును సక్రమముగను, సహేతుకముగను నాచరణోన్ముఖు మొనరింపఁగల వ్యక్తి మహాభాగ్యశాలి. అట్టి భాగ్యవంతునకు లక్ష్మి చరణదాసియయి యుండుటయం దబ్బురము లేదు. ఈ రహస్యముల నెఱింగి విశ్వకల్యాణమునకును, విశ్వమానవసామ్రాజ్యనిర్మాణమునకును హేతుభూతులయి యుండవలసిన యువకులెల్లరుఁ దామీప్రపంచమున సజీవులయియున్నంతకాలము దేహారోగ్యమే మహాభాగ్యమను సిద్ధాంతమును విస్మరింపక, అజ్ఞానాంధకారమునఁ దగులొ్కని యకాలమృత్యుముఖమునఁ బడిపోవక వినిర్మలములగు సౌఖ్యానందశాంతుల ననుభవింపఁ బూర్ణమగు దేహారోగ్యమును సంపాదించుటకయి కార్యోన్ముఖులగుట శ్రేయస్కరము.

అనుదిన మాహారపానీయాదులఁ బరిగ్రహించు విధం బునే ప్రతియువకుఁడును దైనందినారోగ్య సంపాదనమును దన ముఖ్యకర్తవ్యముగ నిశ్చయించుకొను టావశ్యకమయి యున్నది.

మనుష్యవిజ్ఞానమునకు విరుద్ధమగు నాగరికత మానవ సంఘమునందు నానాఁటికి పెచ్చు పెరిగిపోవుచు మానవుని భోగవిలాసములనే జీవితపరమావధిగ విశ్వసించునంతటి మూర్ఖునిగఁ జేసివైచి దేహారోగ్యసమస్యను వానిదృష్టియం దత్యంతసామాన్యముగఁగావించివైచినదని తెలుపుటకెంతయు విచారపడవలసి యున్నది. ప్రతిమనుష్యుఁడు సకలప్రపంచ మారోగ్యవంతముగా నుండఁ గలిగినపుడే భూతలస్వర్గముగ నుండఁ గలదనియు అనారోగ్యప్రపీడితమయి యున్నచో నసంఖ్యాకములగు శవములచే దగ్ధమగుచున్న భయంకరమగు శ్మశాన వాటికవలె నుండఁగలదనియు విశ్వసించి తదనుకూల జీవిత మందిరనిర్మాణమునకయి యథాశక్తిఁ గడంగినపుడే లోకకల్యాణము కాఁగలదు.

నేఁడు మనుష్యుల మగు మనము సామాన్యముగా మనుష్యజీవితమందలియొక్క గడియకాలముయొక్క విలువ కేని సరిపోలనట్టి మిథ్యాభౌతిక పదార్థములయందే మిక్కుటమగు శ్రద్ధను వహింప నభిలషించుచున్నారమే కాని సకల సృష్టికి సారభూతముగనున్న దేహారోగ్యమునుగూర్చి యావం తయు విచారింపకున్నాము. మనుష్యులు గృహముల నిర్మాణ మొనరించుపట్ల విశేషమగు శ్రద్ధను వహించి, ధ్యానమును గలిగియుండి వానిస్థిరత్వమున కనియు, శాశ్వతత్వముకనియు,

దృఢత్వమున కనియు మూలములు (పునాదులు) మిక్కిలి గట్టిగ నిర్మింపఁ జేయఁ జూచుచుందురు.

మనుష్యుఁడు విపణివీథికేగి యేదేని యొక సామాన్య మగు జడపదార్థమును వెలకుఁ దీసికొననెంచినపుడు వణిజు నావస్తువునుగూర్చి బహువిధములఁ బ్రశ్నించియు, ఆతని ప్రత్యుత్తరములతోఁ దృప్తివహింపక, స్వయముగా నావస్తు వును పెద్దప్రొద్దు బరీక్షించి, అది గట్టిదని నమ్మినపుడే దానిని బరిగ్రహించుచున్నాడు.

జడములగు క్షుద్రవస్తువులనే యొక పురుషాంతరము వఱకుఁ జెక్కు చెదరకుండ నుండునట్లు నిర్మాణ మొనరింపఁ గోరు మనుష్యులు మనుష్య జీవితాభ్యుదయమునకుఁ బ్రథమ సాధనమగు దేహారోగ్య సంపాదనమును గుఱించి యిసు మంతయు శ్రమ సలుపకుండుట శోచనీయము.

జడములకంటె నత్యుత్తమమయి, సజీవమై, నిర్వాణ ప్రాప్తికి ముఖ్యోపకరణమయి, పరమాత్మస్వరూపమగు జీవాత్మకు నివాసస్థానమయి యుండు దేహముయెడ శ్రద్ధను గలిగియుండని మనుష్యుఁడు కేవల మొక మూఢసార్వభౌముఁ డనుట కేమియు సందేహము లేదు.

మృత్తికతోడను, శిలాఖండములతోడను, కాష్ఠముల తోడను సామాన్యములగు వ్యయప్రయాసలతో నిర్మించు కృత్రిమనికేతనమునుగూర్చి మిక్కుటముగా శ్రమపడు మను ష్యుఁడుసకలలోకాలంకారమును,దైవదత్తమును నగు స్వకీయ పవిత్రగేహమగు దేహమును గూర్చి శ్రద్ధవహింపకుండు టెంతయు వెఱ్ఱితనము. అనారోగ్యతచే ననుక్షణము

మనుష్య సంఘమునకు వాటిల్లుచున్న ఘోర విపత్పరంపరలఁ గాంచియో, స్వగృహమందు సామాన్యముగా ఘటిల్లుచుచున్న కష్టముల విలోకించియో లోకానుభవ సంపన్నులగు మాతాపితలయిన దేహారోగ్యమును గూర్చి నిర్లక్ష్యముగా నీతిని విడనాడి నిరంకుశవర్తనులయి చరించు తమ బిడ్డలకు స్వాస్థ్యప్రభావమును గూర్చి బోధింపకున్నారు.

నేఁడు మాతాపితలు తమబిడ్డల నతిగారాబముగఁ జూచుచు వారిబాహ్యపోషణమును గూర్చి విచారించు చున్నారేగాని వారియాంతరిక పోషణవిషయమున సంపూర్ణ మగు బాధ్యతను వహించి వారి కారోగ్యమహిమనుగూర్చి నిరంతరము బోధించుచు వారల నుత్తమ శరీరారోగ్య సంపన్నులుగఁ జేయఁ బూనకున్నారు.

ప్రేమమయియగు నేఁటి జనయిత్రి తన పుత్రునకుఁ గడుపునిండ రుచికరమగు నాహారము నొసంగి, ధరింప సుందర ములగు వస్త్రముల నిచ్చి, శయనింప మెత్తని సెజ్జల నేర్పఱచుచున్నదే కాని పుత్రుఁ డెంతవఱకు నారోగ్యసూత్రములఁ బాలించు చున్నదియు, అతని దేహస్వాస్థ్య మేదశయందున్న దియు, అతని కీలోకమందలి వస్తువు లెట్టి యానందమును, మనశ్శాంతిని ప్రసాదింపఁ గలుగుచున్నదియు విచారింప మఱచిపుచ్చినది.

కర్తవ్య నిపుణుఁడును, పరివారశాసకుఁడును నగు జనకుఁడును స్వకీయ సతీమణి ననుసరించుచు దివారాత్రములు కాయకష్ట మొనరించి సంతానసౌఖ్యాభిలాషియై ధనధాన్యాదికములఁ గూడఁబెట్టుచున్నాఁడేకాని, తాను సంపాదించి

తెచ్చుపదార్థముల నన్నింటి ననుభవించి యానందించుట కత్యంతావశ్యకమగు దేహారోగ్యము తన సంతానమం దున్నదియు, లేనిదియు లేశమయినఁ బరిశీలింపకున్నాఁడు.

పుత్రపుత్రికలు శల్యాగతరోగములకుఁబాల్పడి శయ్యాగతుల యినపుడే నేఁటి మాతాపితలు తమబిడ్డలు వ్యాధిపీడితులైనారని గుర్తింపఁగలిగి కృత్రిమౌషధసేవనము నపేక్షించి వైద్యులచెంతకుఁ బరుగిడుచున్నారు.

స్వార్థపరులగు వైద్యులును దమకుఁ దెలిసియు దెలియని కృత్రిమౌషధములచే రోగపీడితులగు బిడ్డలకుఁ దాత్కాలికోపశమన మొనరించి వ్యాధి నిర్మూలమయిపోయినదని నుడువ నారోగ్యవిజ్ఞాన మెఱుంగని జననీజనకులు హర్షితస్వాంతులయి భిషగ్వరులకుఁ గోరిన పారితోషికముల నిచ్చి యంతటినుండి తమబిడ్డల యారోగ్యవిషయమునం దెప్పటివలె వర్తింపఁ గడంగుచున్నారు. మాతాపితల విజ్ఞానదూరమగు నీ యలక్ష్యభావముచే నేఁటి సంతానమునకు ఘటిల్లుచున్న విపత్తులు వర్ణనాతీతములు.

సంతానహితమును విశేషముగా సంతరింపవలసిన మాతాపిత లిట్టి యలక్ష్యభావమునం దుండుటచే వారిపుత్రులును శ్రద్ధాశూన్యులయి యారోగ్యమార్గమన నెట్టిదియో యెఱుంగఁజాలక వ్యాధిగ్రస్తులయి, అల్పాయుష్మంతులయి యనారతము దుఃఖములచేఁ దూలిపోవలసినవార లగుచున్నారు.

మాతాపిత లీరీతి నారోగ్యవిషయమునఁ గుటుంబజీవితమునకు బహుకష్టములఁ గలిగించుచుండ యువకులును మహా

పురుషులచే వ్రాయఁబడిన యుత్తమగ్రంథములఁ జదించు చుండియు, అందలి యుపదేశముల నారోగ్యమునకు ముఖ్యస్థాన మొసంగఁబడియుండుటను వీక్షించుచుండియు స్వాస్థ్య సంరక్షణ ప్రయత్నమునకుఁ గడంగకుండు టెంతయు విచార కరము.

యువకుఁడు నియమశూన్యుఁడయి వర్తించి, ప్రకృతి సిద్ధాంతములకు విరుద్ధముగ దేహయంత్రమును నడపి, రుజాపీడితుఁడయి తాను చిరంజీవిగానుండి సుఖించునట్లు వరమును బ్రసాదించుమని పరాత్పరుని బ్రార్థించుటవలనఁ బ్రయోజన మావంతయుఁ గలుగనేరదు. దయార్ద్రహృదయుఁడగు పరమేశ్వరుఁడా బాధ్యతను శరీరమును మనల కొసంగిన నాఁడే గ్రహించుట కనువగుశక్తి నిచ్చియున్నాఁడు.

కృపాంబుధియగు నతఁడు శరీరస్వాస్థ్యసంరక్షణార్థము స్వాస్థ్యధర్మముల గ్రహించుటకు మనకుఁ బవిత్రమగు మేధస్సును బ్రసాదించి యున్నాఁడు. అట్టియెడ మనమే స్వయముగఁ బ్రయత్నించి, ఆరోగ్యసూత్రములఁ బాలించుచు దెలియని నిగూఢములగు విషయములను గుఱించి గురుజనుల సవినయముగఁ బ్రశ్నించి, గ్రహించుచు సన్మార్గావలంబనముచే దేహారోగ్యమును సంపాదింప బాధ్యులమయి యున్నారము.

ఎవరి యారోగ్యమును వారే సంరక్షించుకొనుటకుఁ దగియున్నారు. ధనధాన్యాది పదార్థములవలె నారోగ్యమొకరిచే నొకరి కొసంగఁబడదు. ఇయ్యది స్వయంసాధ్యము.

యువకులు విద్యాలయములందు విద్య నభ్యసించియు, మహాగ్రంథములఁ బఠించియు, మానసికశక్తిని సంస్కరింపఁ జూచుటకుఁ బూర్వమే తచ్ఛక్తి కాశ్రయకారణమగు దేహారోగ్యమునుగూర్చి విచారించవలసియున్నది.

దేహారోగ్యములేని యువకునిశరీర మెట్లు బాహ్యమునకు దుర్బలమయి, శక్తిశూన్యమయి గోచరమగుచుండునో, అదియే చందమున సూక్ష్మరూపమునందున్నవాని మానసమును గడు బలహీనస్థితియం దుండి, ధారణాస్మరణశక్తులఁ గోల్పోయి, ఎట్టి విద్యావిషయమును హృదయంగమము గావించుకొనఁ జాలకయుండును.

ఆరోగ్యము లేనట్టివా రెట్టి గట్టిపట్టుదలచే విద్య నభ్యసింపఁ జూచినను వారి కది సులభసాధ్యము కాఁజాలదు. వారెంతటి కృషి సలిపినను తగిన ప్రయోజనము కలుగకుండుటచేఁ దమ విఫలమనోరథత్వమునకు భగవానుఁడే కారణమనియు, నొసటివ్రాఁతను దప్పింప సంభవింప నేరదనియు సదా తలపోయుచు విచారమును వెలిఁబుచ్చుచుందురు. వారు స్వప్నమందయినను తమ యపజయమునకును, అప్రసన్నతకును దేహ మనారోగ్యముగా నుండుటయే ముఖ్యకారణమని గుర్తింపఁజాలకుందురు.

ఆరోగ్యవంతులగు విద్యార్థుల మానసములు బలిష్ఠములయి, వికసితములయి, తేజోవంతములయి యుండుటచే వారు తా మభ్యసించు ప్రతివిద్యయందు నుత్తీర్ణులయి, సకలాభీష్టముల సిద్ధింపఁ జేసికొనఁ గలుగుచున్నారు. తాను గావించిన కష్టమునకుఁ దగినఫలము నందఁజాలని మనుష్యుని

దేహమానసము లనారోగ్యస్థితియందే యున్నవని గ్రహింప వలసియున్నది.

దేహారోగ్యమును గాపాడుకొనఁజాలని మనుష్యుఁ డెట్టి కార్యమునయినఁ బ్రారంభించి కొనసాగింపఁ జాలఁడు. అతఁ డెట్టి బాహ్యకారణము నాధారపఱచికొని యెన్ని పర్యాయములు జయము లభింపకున్నను సాహస మును బాయక కష్టపరంపరల కెదురొడ్డి కృషిసలిపినను నేదో యొక విఘ్నము, అభావము వాటిల్లుచునే యుండఁగలదు. ప్రతి యువకుఁడును దనజీవితమును ధన్య మొనరించుకొన నభిలషించినచో నవశ్యము దేహారోగ్యమునకును, సఫల తకును మధ్యఁ గల ప్రగాఢమగు బాంధవ్యసూత్రమును గూర్చి గ్రహించు టావశ్యకము.

దుర్బలశరీరులు బలహీనముగ నున్న మస్తిష్కమును నిర్బంధముచే నేదేని యొక కార్యమున లుబ్ధులయి ప్రవేశింపఁ జేసినను హఠాత్తుగా గుండె చెడియో మెదడు చెడియో మహారిష్టములకుఁ బాల్పడిపోవుట నిక్కువము.

ఆరోగ్యసంపన్నుఁడు విద్యాభ్యసనాది కార్యముల నిర్వహింప నధికముగాఁ బాటుపడవలసిన యవసరము తటస్థింప నేరదు. అతఁ డేవిషయమునుగూర్చి యొకసారి కన్ను విప్పి చూచి, మనఃపూర్వకముగాఁ బఠించునో దానిని దన చిర స్మృతికోశమున బంధించివేయఁ గలుగుచున్నాఁడు. ఆరోగ్య శూన్యత మనుష్యుఁ డొనరించు పాటునకుఁ దగినఫలమును గూర్చుటయం దాటంకములఁ గల్పించుచుండును. ఆరోగ్యము లేని యువకుఁ డధికముగాఁ బరిశ్రమమునకుఁ గడంగినకొలఁది

మఱింత యనారోగ్యమునకు గుఱియయి దుఃఖాబ్ధిని గూలఁ బడుచున్నాఁడు.

యువజను లెల్లరు తమ దేహారోగ్యము చక్కనిస్థితి యందు లేదని గ్రహించినపుడు తత్క్షణమే తమ యితరము లగు కర్తవ్యముల నన్నింటి స్థగిత మొనరించివైచి, పున రారోగ్య సంపాదనార్థము యథాశక్తి శ్రద్ధాళురయి కృషి సలుపుట శ్రేయస్కరము.

దేహారోగ్య మొక మణివంటిది. లోకమందలి తద్బాహ్యములగు మానవుని ప్రయోజనములన్నియు రాగిడబ్బుల వంటివి. ఆరోగ్యశూన్యుని సంపదలును, ప్రయోజనములును, ఉద్దేశ్యములును వ్యర్థములయినవి. దీప ముండగనే గృహ మును గేస్తు చక్కఁబెట్టుకొను విధంబున యువకులు తా మెట్టిదుస్థితికిం జిక్కి విచారింపక పూర్వమే దేహారోగ్యమును గూర్చి యెక్కువ శ్రద్ధను వహించుట కడు లెస్స. గృహ మందలి మాతాపితలును, నవపత్నియు, విద్యాలయమందలి యుపాధ్యాయులును సర్వకాల సర్వావస్థలయందు యువ జనుల దేహారోగ్యమును గుఱించి పూర్ణమగు శ్రద్ధను వహింపఁబాలరు.

యువజను లెల్లరు తమతమ యారోగ్యమును సంర క్షించుకొనుపట్ల తామే శ్రద్ధగలవారలయి మెలంగుట పరమ ధర్మమయి యున్నది. తన దేహారోగ్యవిషయమునఁ బరుల పయి నాధారపడియుండువాని జీవితము దాస్యగ్రస్త మగు టచే నిరంతర దుఃఖముల కాలవాలము కావలసియే వచ్చును. స్వావలంబనమునకు సమమగు బలము మఱొక్కటి లేదు.

స్వావలంబనము నాధారపఱచికొనియే యువజనులు తమ శరీరారోగ్యముయొక్క పోషణసంస్కరణ భారమును వహింపనిచో సౌఖ్యానందములఁ జూఱఁగొను టెట్లు?

ఎవరిమోక్షమునకు వారలే కర్తలయియుండ శరీరారోగ్య విషయముననను మనుష్యుఁడు స్వతంత్ర బాధ్యతాయుతుఁడయి యున్నాఁడని వచింప నగత్యములేదు.

యువజనులు దేహారోగ్యము సరిగా లేనపుడు విద్యాభ్యాసమువంటి మానసిక కార్యభారమును వహించుటచే దేహమునకుఁ గలుగు క్షతి యపారము. దేహారోగ్యము సరిగాలేదని తోఁచినపుడు యువజనులు తమ కార్యభారముల నన్నింటి నొకవైపు నునిచి స్వాస్థ్యసంపాదనమునకు యత్నించుటావశ్యకము. విద్యార్థులనేకులు భంగమగుచున్న తమ దేహారోగ్యమునకయి విచారించుటకు మాఱుగఁ దమ పరీక్షాతరుణము వ్యర్థమయినందుల కెంతయు వాపోవుచుందురు.

యువజనులారా! ఆరోగ్యముకంటె మహత్తరమగు భాగ్య మేది కలదు? మీరు విద్యను ధనోపార్జనసాధనముగఁ జేసికొన నభ్యసించుచున్నచో దేహారోగ్యము లేక మీచే ననుభవింపఁబడని సిరు లెందులకు? అనారోగ్యస్థితియందలి కనకముద్రికలు మంటి పెచ్చులకంటె మీకు భోగ్యములు కానేరవు. మీరు పరతత్వమును, సత్యమును నన్వేషించునిమిత్తమే యధ్యాత్మదృష్టితో విద్యను గడించుచున్నారేమి? దేహారోగ్యము లేనిచో నతిజటిలములగు పారమార్థిక

సమస్యలఁ బరిష్కరించుటకు మీ రసలే పనికిరా రనుట ధ్రువము.

కావున నారోగ్యము నిమిత్తము మీ రే వస్తువును త్యజింపవలసివచ్చినను విచారింపకుఁడు. ఒక వస్తువునిమిత్త మారోగ్యమును మీరు బలిదానము గావింతురేని ధర్మమున కవమానమును గల్పించినవార లే యగుదురు. నేఁడు విద్యాభ్యాసమునకును, వృత్తిపోషణమునకును భంగము కలుగు నను తలంపుతో యువజను లనేకులు దేహారోగ్య సంస్కరణ ప్రయత్నములకుఁ గడంగక శీఘ్రకాలమందే భయంకర వ్యాధులపాలఁ బడి విపదంబుధిని మునిఁగిపోవు చున్నారు.

"To gathea riches, do not hazard health;
for truth to say, Health is the wealth of wealth."
—Sir Richard Baker

"క్షణభంగురములగు సంపదల సంపాదించు నిమిత్త మారోగ్యమును వ్యయపఱచవలదు. కారణమేమన ఆరోగ్యము మహాభాగ్యము." —రిఛార్డు బేకరు.

సర్వముండియు నారోగ్యము లేనిచో మానవుని జీవితము వ్యర్థము. ఒకసారి జీర్ణించిన దేహారోగ్యము యెన్నియో ప్రయత్నములమీఁదఁగాని మరల లభింపఁ జాలదు. అట్లు లభించినను నయ్యది తొల్లింటి యారోగ్యము బోలియుండనేరదు. ఓటికుండకు మాటువేసినను నోడుగానే యుండునను సామెత దేహారోగ్యవిషయమున సార్థకమగుచున్నది. స్వాస్థ్యమునుగూర్చి మనుష్యుఁ డెంత

త్వరపడి మేల్కాంచిన నంత ప్రయోజనము చేకూరుననుట తథ్యము. ప్రపంచమందలి సకలపదార్థములు మానవ హృదయమున కానందము నొదవింపఁజాలవు. ఆనంద స్వభావ మారోగ్యమునుండియే వెలువడుచున్నది.

యుక్తాయుక్తముల గుర్తించు తరుణప్రాయము కలిగి నప్పటినుండి మనుష్యుఁడు కర్మక్షేత్రమునఁ బ్రవేశించుటకుఁ దొలుత నే నిరంతరము తన్నాక్రమింపఁజూచు దుర్బలత్వము, నిరుత్సాహము, శరీరతాపము, విసువు, విచారము మొదలగు దుష్టశాత్రవులఁ బరాభవించి, విజయమును గడింప దేహా రోగ్యమను బ్రహ్మాస్త్రమును సంపాదింపవలసియున్నది.

లోకమందలి సమస్త జీవరాసులలోని కెల్ల నుత్తమోత్తముఁడయి జన్మించిన మానవుఁడు శతాధికవత్సరముల పర్యంతము జీవించి, మహాకార్యముల నెన్నింటినో గావించి, జ్ఞాన, మాన, ధనాదికముల సంపాదించి, తన బంధుబాంధవుల యొక్కయు, రాష్ట్రముయొక్కయు, సమస్త మానవేతర జీవరాసులయొక్కయుఁ గల్యాణ మొనరించి, సాత్వికమగు తన యశోలతను భూమండలమునం దంతట వ్యాపింపఁ జేసికొన వలసియుండ నారోగ్యమార్గమును పాటింపక తత్పరిణామమగు భయంకరవ్యాధికి గుఱియయి యకాల మృత్యువాతను బడిపోవు టెంతయు విచారకరము.

అట్లు మరణించు మానవుఁడు తనపై నెన్నియో నాశల నిడికొనియున్న కుటుంబమువారి కెల్లరకుఁ దీఱని దుఃఖము నొదవఁజేయుచున్నాఁడు. మహాపురుషుఁడయి యావత్ప్రపంచమును దేదీప్యమానముగ వెలిగింపవలసిన

మనుష్యుఁ డారోగ్యసూత్రములఁ బాలింపక యచిరకాల మందే మహాకాలగర్భమునఁ గలిసిపోవుట ధర్మవిరుద్ధము కాదా ?

భువిపై జన్మించిన ప్రతిమనుష్యుఁడు తన దేహమును వజ్రసమానముగను, స్వస్థముగను జేసికొనుట పరమధర్మ మయియున్నది. దేహారోగ్య సంరక్షణమునయితిము మతము నకును, దైవమునకును, సంబంధించిన యొక పవిత్రమగు సంస్కారమే యని యువజనులు గుర్తింపవలసియున్నది. ఆరోగ్యమును సరకుసేయని యువకుఁడు ధర్మభ్రష్టుఁడు; పాపాత్ముఁడు. మనుష్యుఁడు దేహారోగ్యమునుగూర్చి శ్రద్ధ వహింపకుండుటచే దేహమందిరమునం దధివసించు పరమాత్మ స్వరూపమగు జీవున కెంతయో యన్యాయ మొనరించినవాఁ డగుచున్నాఁడు.

ఇట్టి ఘోరాన్యాయము లుహాపాపములను వాని నవశ్యము కట్టికుడుపక మానదు. యువకు లనేకులు తమ శరీరములఁ దామే నష్టపఱచుకొనుచున్నపుడు పాపాత్ముల మెట్లగుదుమని శంకింపవచ్చును. వారి స్థూలదృష్టియందు లోకమున కొనరింపఁబడు యన్యాయమే పాపమనియు, తదన్యము పాపము కానేరదనియు స్ఫురింపవచ్చును. శరీ రారోగ్యమార్గము నతిక్రమించు మనుష్యుఁడు పాపాత్ముఁ డెట్లగునను విషయమును గుఱించి సవిస్తరముగా దెలుపు చున్నాఁడ నాలింపుఁడు.

ఒకమానవుని శరీర మస్వస్థమయి యున్నపు డతఁ డవశ్యాచరణీయములగు తన విధాయకకృత్యముల నిర్వహింప

నేరనివాఁడు కావలసివచ్చును. అతఁ డెట్టి సామాన్యో ద్యోగమును గావింపఁజాలనివాఁ డగుటచే ధనమును గూడఁ బెట్టుట పోసఁగనేరదు. ధనశూన్యుఁడు దారాపుత్రులను, స్వోదరమును బోషించుకొనఁజాలఁడు. అట్లగుట వాఁడు తన్నాశ్రయించి, తన పరిపాలనమందున్న కుటుంబమందలి బాలబాలికల నెల్లర నిరాహారులుగఁ జేసి వారిప్రాణముల నపహరించినవాఁ డగుచున్నాఁడు.

ఆరోగ్యశూన్యుఁడు స్వయంశక్తిచే ధనమును సంపాదింపలేనివాఁడయి సహజౌదార్యమును విడనాడి, లోకహితకరములగు పుణ్యకార్యములనుండి విరమించవలసినవాఁ డగుచున్నాఁడు. అతఁడు సదా పరుల జీవితానంద సౌఖ్యములకుఁ బ్రతిబంధకుఁడయి వారి హృదయములం దసంతోషమును, విచారమును బ్రబలఁజేసినవాఁ డగుచున్నాఁడు. ప్రపంచమందలి యే జీవుఁడును రోగ మను శబ్దము నాలించుటకును, వ్యాధిదృశ్యమును విలోకించుటకును సంతోషమును వెలిబుచ్చఁజాలఁడు.

వ్యాధి నొక గర్హ్యపదార్థముగ సమస్తలోకము స్వాభావికముగనే భావించుచుండుటచే రోగపీడితుఁడయియుండు వ్యక్తిని గాంచి వానికుటుంబమందలి యాత్మీయులే నిరంతర మసహ్యపడుచుండఁ గలరు. వ్యాధిగ్రస్తుఁడయియుండు వ్యక్తి సదా పరుల నాశ్రయించి నిరంతరసేవాభికాంక్షనర్థించుచుండుటచే నెల్లరతనిని సేవించుటయందు విసువుఁ జెంది వాని దృష్టిపథమునుండి తొలఁగిపోవఁ జూచుచుందురు.

ఆరోగ్యస్థితియం దెంతయో ప్రేమించియుండిన భార్యయే స్వయముగ దీర్ఘరోగియగు తనభర్తను జూచి లోలోన నేవగించుకొనుచుండును. పానకములోని పుడకవలె రోగగ్రస్తుని జీవితము కుటుంబజీవిత సౌఖ్యపథమునకుఁ జీటికిమాటికి కడ్డుదగులుచు, దాని స్వతంత్రగతిని నిరోధించుచుండును. రోగి స్వయముగా వ్యాధిప్రకోపముచే బాధింపఁబడుచుండుటయే గాక తన కుటుంబమందలి తనతో సంబంధముగల నెల్లరి హృదయముల కసంతోషమును, విచారమును, నిరుత్సాహమును గలిగించుచుండును.

వ్యాధిగ్రస్తమగు జీవితము ప్రశాంతజీవితపథమందలి తీక్ష్ణమగు కంటకము వంటిది. ఆరోగ్యసంపన్నమగు సంఘముమధ్య వ్యాధిపీడితుల యునికిచే నిత్యానందము భంగమగుచుండు ననుట కేమియు సందియము లేదు.

అపరాధము లేకయే మానవుని విపద్గ్రస్తు నొనరించుట దైవతంత్రముయొక్క యుద్దేశ్యము కానేరదు. మనుష్యజీవితమున దైవికముగ దుఃఖావిర్భావముండ నేరదని ప్రకృతి ప్రత్యక్షవిజ్ఞానముచే మనకుఁ జాటుచున్నయది. అట్లగుట స్వయంకృతాపరాధముచే దేహారోగ్యమును విధ్వంస మొనరించుకొని, తనసేవకయి యన్యుల సౌఖ్యానందములఁ జూఱఁగొనుచు, వారిచిత్తముల సదా పీడించుచుండు దేహారోగ్యశూన్యుఁడు పాపాత్ముఁడు కాక పుణ్యాత్ముఁ డెట్లగును?

లోకముయొక్క శాంతిమయ జీవితపథమునం దుద్దేశ్యపూర్వకముగఁ గంటకప్రాయుఁడయి యున్నవాఁడేకదా పాపాత్ముఁడు! అబుద్ధిపూర్వకముగ వ్యాధికి లోనగువాఁడు

పరుల సాహాయ్యము నపేక్షించినను, పరు లతని దీనస్థితికయి కరుణించి సాయమొనర్చినను యుత్తమధర్మమే కాఁగలదు. దేహ మారోగ్యస్థితియం దున్నపుడు మదోన్మత్తుఁడయి, మూఢుఁడయి దుష్ప్రవర్తనముచేఁ బవిత్ర దేవాలయమగు దేహమున కెన్నియో కీళ్ళఁ గావించి భయంకరవ్యాధికి గురియయినట్టి వ్యక్తిని ప్రాజ్ఞ ప్రపంచము కనికరింపఁ జాలదు.

విజ్ఞప్రపంచము సామాన్యముగా జనుషాంధు లయినట్టివారిని, వికలాంగులను, జీవసామాన్యమగు వృద్ధాప్యమునకు గుఱియయినట్టివారిని, సార్వజనికదోషముచే దూషితమైన వాతావరణ ప్రభావమున వ్యాధిగ్రస్తులైనట్టి వారిని గరుణించుచుండును. ఆరోగ్యమును జేతులార దురహంకారముచే హితాహిత జ్ఞానశూన్యుఁడయి విధ్వంస మొనరించుకొనునట్టి మనుష్యుఁడు లోకమువాఁలిటి బ్రహ్మరాక్షసుఁడయి ఘోరపాపమున కొడిఁగట్టుచున్నాఁడనుట నిస్సంశయము.

అనారోగ్యముయొక్క భయంకరదృశ్యము నొక్కసారి సూక్ష్మదృక్కుల వీక్షించి - కుటుంబభరణ పోషణమును నశింపఁజేసి, మానవుని ధర్మచ్యుతుని గావించి, సమస్తలోకమును సారహీనముగను, దుఃఖమయంబుగను దోఁపఁజేయునట్టి "దేహం వ్యాధిమందిరం"బను నిరాశోత్పాదకమగు నీరసవాక్యమును ద్రోసిపుచ్చి, ప్రతి యువకుఁడు వజ్రకాయుఁ డగుటకును, అజరామరుఁ డగుటకును యత్నింపవలసియున్నది.

సద్గ్రంథములఁ జదువుటచే విపద్గ్రస్తులకును, అనాథులకును సాహాయ్య మొనరించుట ప్రతిమానవుని కర్తవ్యమని గ్రహించియు యువకు లనేకులు ఘోరవిపత్తునకుఁ జొల్పడి యున్నవారల యాక్రందనధ్వానముల నాలించియుఁదా మనారోగ్యస్థితియం దుండుటచే శక్తిలేక, సాహసము చాలక శిలాప్రతిమల వలె నిశ్చేష్టులయియుండి, పరోపకారసౌభాగ్యములకు నోఁచకున్నారు. ఆర్తుల నుద్ధరింపఁజాలని పురుషుని జీవితము కేవలము లజ్జాస్పదమయినది. నేటి యువజన ప్రపంచముయొక్క దుస్స్థితి ముఖ్యకారణ మనారోగ్యమనిన నబ్బురము లేదు.

నిస్తేజములగుచు నానాఁటికి మంకగించుచున్న దేహమనోబుద్ధుల దుస్స్థితి కనారోగ్యముకంటెఁ బ్రబలమగు కారణము వేఱొండు లేదు. యువకు లనేకులు వ్యాధిపీడితులయి యుండియు, తద్రోగనివారణార్థమయి కృషి సలుపకుండుట శోచనీయము. అట్టివారి నది యేమని ప్రశ్నించినచోఁ దమరోగములు స్వయంకృతాపరాధ పరిణామములు కావనియు నవి మాతాపితలొనరించియుండిన దుష్కర్మలయొక్క దుష్ఫలితములనియు హతాశులయి వచించుచుందురు.

పాపము ! దూరదృష్టిలేని యువజను లనేకులు తా మొనరించుటచే సంప్రాప్తములయిన దుష్కర్మలయొక్క దుష్టఫలితములకు నిష్కృతి కలదనియు, వంశపరంపరాగతమగు జాడ్య మవశ్యభోక్తవ్యమనియు భ్రమించుచున్నారు. సర్వేశ్వరుఁడు స్వాస్థ్యసంరక్షణసూత్రమును బ్రతిమానవుని హస్తగత మొనరించి మనుష్యుఁ డొకింత ప్రయత్నించినచో

నొకింత కాలవ్యవధితో నెట్టి భయంకర వ్యాధినయిన నిర్మూలింప సమర్థుఁడగుచున్నాఁడు.

గోటేకవీశ్వరునకు బాల్యమాదిగ కాస అనగా రక్తవమన వ్యాధి యుండెను. అతఁ డా భయంకర వ్యాధిచే సంపూర్ణ యౌవనప్రాయము ప్రాప్తించుసరికి రక్తమాంసశూన్యుఁ డయి శల్యావశిష్టుఁ డయ్యెను. అతఁ డంత సామాన్య మానవునివలెఁ దనశరీరదుస్థితికి భయముఁ జెందక మహాపురుషు లనుభవముచే నుడివియున్న ప్రకృతిసహజములగు నారోగ్యసూత్రములఁ బరిపాలించుటయందే తనయావచ్ఛక్తిని వినియోగించెను. అతఁ డట్లు శ్రద్ధాపూర్వకముగ రెండు సంవత్సరముల కాల మారోగ్యవిధానము ననుసరించుటచే జన్మప్రాప్తమగు భయంకర వ్యాధియొక్క బాఱినుండి తప్పించుకొని తేజస్సంపన్నమును, మనోహరమును, సుదృఢమును నగు స్వస్థగాత్రమును, సంప్రాప్తింపఁజేసికొనియుండెను. అతఁడు తన మరణ కాలపర్యంతము రోగసంబంధములగు నెట్టి వేదనల ననుభవింపకయే సుందరారోగ్యముయొక్క సౌఖ్యానందముల హాయిగా ననుభవించెను.

చేటోబ్రియాండు అను నొక పాశ్చాత్యుని మాతాపితలిరువురు క్షయరోగపీడితులయి యుండిరి. చేటోబ్రియాండు సయితము జననీజనకుల వలెనే క్షయరోగ పీడితుఁడయ్యెను. మృత్యువు యకాలమందు మానవుని దుష్కార్యమువలననే వచ్చుచున్నదను ప్రబల విశ్వాసము గల చేటోబ్రియాండు నిజక్షయరోగ విమోచనార్థము ప్రకృతిచికిత్సా విధానము ననుసరించుటయందు మిక్కిలి కృషిఁగావించెను.

ఆతఁడు సదా బహిరంగ ప్రదేశముల కరిగి స్వచ్ఛంద మందమారుతమును సేవించుచు శ్వాసకోశముల సంస్కరణ మున కయి మిక్కిలి పాటుపడెను. శరీరప్రకృతిని సరియగు స్థితియందుంచుటకును, శ్వాసకోశముల సక్రమవ్యాపారము నకును, పరిశుద్ధమగు వాయువే ముఖ్యాధారమని దృఢముగా విశ్వసించియున్న బ్రియాండు సదా రమ్యములగు పుష్పో ద్యానములందు విహరించుటయందును, అతినిర్మలవాయువు కునికిపట్టులగు పర్వతప్రాంతములందును, సానువులందును, విహార మొనరించుటయందును, సముద్రతీరములఁ బ్రాత స్సాయంసమయములఁ బచారు సలుపుటయందును దన యావత్సమయమును వినియోగించెను.

ఆతఁడు తా నీరీతి వర్తించుచు, భుజించిన స్వల్పా హారము జీర్ణమయ్యెనా లేదా యను విషయమున సందేహ ముదయించినపు డెల్ల నుపవసించుచుఁ బ్రతిక్షణ మారోగ్య సూత్రపాలనమును గూర్చి శ్రద్ధవహించుచు, స్వల్పకాలము నందే వజ్రశరీరుఁడయి, ఉత్తమారోగ్యసంపన్నుఁడయి 80 సంవత్సరములు ప్రశాంతజీవితమును గడపెను.

సుప్రసిద్ధబలాఢ్యుఁడగు సేండో యను నతఁడు బాల్య మందుఁ గడు దుర్బలశరీరుఁడయి సదా నిరుత్సాహముగ నుండెడివాఁడు. ఆతఁ డప్రమత్తుఁడయి కడు శ్రద్ధతో నారోగ్యసూత్రముల సక్రమముగఁ బాలించుచుండినందువల ననే నేఁడు విశ్వవిఖ్యాతుఁడగు మల్లుఁడు కాఁగలిగినాఁడు. కావున యువజనులు తా మెట్టి భయంకరవ్యాధులచేఁ బీడితు లయియున్నను నిరాశఁజెందక సంపూర్ణ విశ్వాసముతో

నుల్లాసముగ దృఢగాత్రులగుటకును, చిరంజీవు లగుటకును స్వాస్థ్యనియమములను పాలించి ధన్యులగుదురుగాక !

నేఁడు మూఢు లనేకులు దరిద్రు లారోగ్యమును సంపాదింపఁ జాలరనియు, ధనాఢ్యులే తమకుఁ గలుగుచుండు వ్యాధుల నిర్మూలింపఁ జేసికొని సౌఖ్యదాయకమగు నారోగ్యమును సముపార్జింపఁ గలరనియు భ్రమించుచుందురు. ఈశ్వరునియెదుట సమస్తమానవులును సమానులే. ఆతని శాసన మెల్లరియెడ నిరుపేదలు, ధనవంతు లను భేదములేక సమముగనే వర్తించుచుండును. విత్తవంతులు కేవల ధనమును వినియోగించి యౌషధములపై నౌషధముల దిగమ్రింగుటచే నారోగ్యలేశమయినఁ బడయఁజాల రనుట రూఢి.

వ్యాపారులగు వైద్యుల యౌషధములు శేషించియున్న దేహారోగ్యమును సయితము నష్టమొనరించివేయఁ గలవు. దయామయుండగు పరమేశ్వరునిచే సమస్తమానవులకు సులభప్రాప్యములుగ విరచింపఁబడిన ప్రకృతిసిద్ధాంతములే దేహారోగ్యమును సంరక్షింపఁగల దివ్యౌషధములు. పూర్వకాలమందు గురుకులాశ్రమముల బ్రాహ్మణపుత్రులనియు, శూద్రకుమారులనియు, రాజనందనులనియు, గర్భదరిద్రుల సంతానమనియు భేదములేక సమస్తబాలురు సమదృష్టితోఁ జూడఁబడియున్నట్లుగనే ప్రకృతియుఁ దన్నను సరించు సమస్తమానవుల సమభావమున సన్మానించుచున్నది. యువజను లారోగ్యసంరక్షణమునే తమ పవిత్రకర్తవ్యముగ నెఱింగి తదాచరణమునకుఁ గడంగుదురుగాత మ్మని కోరుచున్నాఁడను.

పదునాల్గవ ప్రకరణము

ఆరోగ్యమార్గములెవ్వి?

⁂

ఈశ్వరసామ్రాజ్యమందు యథార్థమగు సౌఖ్యానందముల నోలలాడ వాంఛించు వ్యక్తి జీవకోటి సదా వ్యాధిగ్రస్తమయి దుఃఖించుచుండుటకు దైవతంత్ర మేమాత్రము కారణభూతము కాఁజాలదని త్రికరణముల విశ్వసించు టావశ్యకము. దైవతంత్ర మెపుడును మనహితమునే యపేక్షించుచుండునని గుర్తించుటయే యారోగ్య సంపాదనముయొక్క తొల్లింటి మార్గము.

ఆరోగ్యదూరుఁడయి సదా మూల్గుచు, మూల్గుచునుండు సదా ఆగర్భ శ్రీమంతునికంటె నిత్య ముల్లాసముచేఁ గులుకుచుండు ఆరోగ్యసంపన్నుండగు గర్భదరిద్రుని జీవితమే సర్వోత్కృష్టమయినదనియు, అందే మనుష్యజీవితముయొక్క యథార్థమగు సారము కేంద్రీభూతమయి యున్నదనియు, ఆరోగ్యవంతుఁడే యున్నత జాతీయుఁడనియు మనుష్య ప్రపంచము త్రికరణముల భావించుచుండుటచే నారోగ్య మార్గముయొక్క మఱియొక ధర్మము పూర్తి కాఁగలదు.

స్ఫోటకము విషూచి మొదలగు నంటువ్యాధులు ప్రాణవాయువు విశేషముగాఁ గలుషితమయి యున్నట్టియు, జలము కడు దూషితమయి యున్నట్టియు, మురికికుప్పల తోడను, క్రుళ్ళిన దినుసులతోడను, మురిగిన పేడప్రోగుల

తోడను నిండియున్నట్టియు దూషితప్రదేశములందు విష వాయువు మిక్కుటమయి విషక్రిములఁ బుంఖానుపుంఖ ములుగ నుత్పన్నము సేయుచుండుట వలననే కలుగుచున్నవి.

కావున నీ విషక్రిములే వాయువు నందును, జల మందును వ్యాపించి మనుష్యుల దేహములఁ జొచ్చి స్ఫోటకమువంటి భయంకరజాడ్యముల నుదయింపఁజేయు చున్నవనియు, ఇట్టి రోగోత్పత్తికి ముఖ్యకారణ మశుభ్రతయే యనియు, పోలేరమ్మ, గంగానమ్మ, జడలమ్మ మొదలగు రక్తదాహముగల భయంకరదేవతల ప్రచండకోపపరిణామ ముగ నీ వ్యాధులు కలుగుచుండుట లేదనియు విశ్వసించి, అంటు వ్యాధులు వ్యాపించినపు డుచితచికిత్సకుఁ గడంగుటచే నారోగ్య మార్గముయొక్క మఱియొక ధర్మము పూర్తి యగుచున్నది.

మానవప్రపంచమందలి ప్రతిమనుష్యుఁడును దయ్య ములు, పిశాచములు, దేవతలు మొదలగు రాక్షసశక్తు లీశ్వరసృష్టియందు లేవనియు, మనుష్యజాతియొక్క స్వర్గ నరకముల కన్యులు కారణభూతులు కారనియు, మనుష్యుడు తన సుఖదుఃఖములకుఁ దానే కర్తయనియు, లోకమున వ్యాపించు వ్యాధులకును, మరణములకును గంగానమ్మవంటి దేవతలే కారణ మనుట కేవల మూఢవిశ్వాసమనియు, అనాగరికజాతుల యసభ్య విజ్ఞానముచేతనే గంగానమ్మ వంటి దుష్టదేవతలు కల్పించఁబడినవనియు, సమస్తలోకముల కధినాయకుఁ డొక్క భగవానుఁడే యనియు, ఆతఁ డెల్లపుడు మానవులయం దంతఃకరణరూపమునం దుండి

స్వాభావిక నియమపాలనముచే దేహారోగ్యమును సంపాదించి సుఖింపఁ బ్రోత్సహించుచున్నాఁడనియు స్పష్టముగా గ్రహించుటచే నారోగ్యమార్గముయొక్క మఱియొక ధర్మము సంపూర్ణము కాఁగలుగుచున్నది.

స్వయంకృతాపరాధములచేఁ బెక్కు వ్యాధులకుఁ జిక్కిన మూఢు లనేకులు రోగవిమోచనార్థము గ్రహముల కనియు, భూతములకనియు, దేవతలకనియు నేపాపమెఱుంగని జీవరాసుల బలివెట్టుచు, దుర్గంధ భూయిష్ఠమగువాని మాంసము నారగించుచు నానాఁట దేహారోగ్యమార్గము నుండి పతితులయి పోవుచుండుట కడు శోచనీయము.

ఇట్టి పరమమూఢులు ద్విపాదపశువు లనఁబడి దురాచారములచేఁ గేవలము తామే వ్యాధులచే బాధింపఁబడక "తాఁ జెడ్డ కోఁతి వన మెల్లఁ జెఱచె" నన్నరీతి స్వయంకృతాపరాధ పరిణామములగు వ్యాధుల సంఘమం నంతట వ్యాపింపఁజేసి లోకకంటకు లగుచున్నారు. లోకశాంతిని భంగపఱచునట్టి వీరే భయంకరరాక్షసులు. ఈ రాక్షసు లొనరించు దురాచారముల నన్నింటిని సంపూర్ణముగా నిరోధించుటచే నారోగ్యమార్గముయొక్క మఱియొక ధర్మము నెఱవేఱుచున్నది.

ఈ దురాచారము మానవసంఘమునందుండి దూరమొనరింపఁ బడుచో ధనాఢ్యులకంటె నిర్ధనులే యారోగ్య సంపన్నులయి యున్నట్లు స్పష్టపడఁగలదు. కారణ మేమన ధనాఢ్యులు విలాసపరులయి, కడుపునిండ మెక్కి, మెత్తని సెజ్జలపైఁ బొర్లాడుచు సూలములఁ బెంచికొనుచు వ్యాను

లకు గుఱియగుచుండ, నిర్ధనులు సోమరితనము లేనివారయి జీవితోపాధి నిమిత్తము నిరంతరము కాయకష్ట మొనరించుచు సుఖజీవనులయి యుండుచున్నారు.

శరీరయంత్రముయొక్క వివిధావయవముల ధ్యానముతోఁ బరీక్షించినచోఁ బ్రతిమనుష్యుఁడు కార్మికుఁడయి, కాయకష్ట మొనరించి తన యాహారమును సంపాదించుకొన బాధ్యుఁడయి యున్నట్లును, ఇది యీశ్వరోద్దేశ్యమయి యున్నట్లును దెల్లము కాఁగలదు. లోహమును వ్యర్థముగా నొక్కచోఁ బడవైచి యుంచుటచేఁ ద్రుప్పుపట్టు రీతిగనే నిర్వ్యాపారముగనున్న దేహము సయితము జాడ్యములకు గుఱియగుచుండుట శరీర విజ్ఞానానుభవసిద్ధము. ఈశ్వరోద్దేశ్యమును బుద్ధిబలముచే గుర్తెఱింగి తదనుకూలముగ వర్తించు మనుష్యుఁడు ప్రాయికముగా వ్యాధులకుఁ జిక్కఁడనుట సత్యము.

ఈలోకములో మనుష్యుల కనేకవిధములగు వ్యాధులు గలుగుచున్నవి. ప్రతి మనుష్యుఁడును జాడ్యము తలఁదాకినపుడు - పైకెత్తివచ్చినపుడదది తన యజ్ఞానముచే సంభవించిన కేవల మొక తప్పిద మనియుఁ గావున దిగులొందక, విచారింపక సుస్థిరచిత్తముతో నారోగ్యమార్గానుసరణమునఁ దానెట్టి దోష మొనరించి యుండినదియు విచారించి, తెలిసికొని, తద్దోషనివారణార్థము యత్నించినచో వాని దేహారోగ్యము చక్కఁబడుటయం దెట్టి సంశయమును లేదు.

అనాదికాలమునుండియు జ్ఞాన విజ్ఞానములందును, నాగరికతయందును మనకంటె వెనుకఁబడియున్న విదేశము

లన్నియు దేహారోగ్యసంరక్షణమే పరమార్థ సంపాదన మను భావముతో నారోగ్యమార్గముల నన్వేషించి వాని ననుస రించి సుఖించుచుండ భారతీయులమగు మనము శుష్క- వేదాంతోపన్యాసములచే దేహ మొక క్షణభంగుర మగు పదార్థ మని నుడువుచు, దానినిగూర్చి శ్రద్ధనహింపక యిచ్చవచ్చిన మచ్చున నుపయోగించుచు భయంకర వ్యాధులకుఁ జిక్కి తజ్జనితములగు బాధల సహింపలేక దిక్కులు పిక్కటిల్లునట్లు హాహాకారము లొనరించుచుండు టెంతయు లజ్జాకరము.

మన మొకింత జ్ఞానమును సంపాదించి దేహారోగ్య మహిమను గుర్తించి, తద్ధర్మములయందు శ్రద్ధాభక్తులను గలిగియుండి శరీరతత్వమును ననుసరించి వర్తించుచుందు మేని వ్యాధులు మనవైపు తేరిపాఱ జూచుటకేని భయ మొందుచుండఁగలవు. ఒకవేళ నట్టి స్థితిలోఁ దరుణము నంది మనదేహముల నవి యాక్రమించినను దృటిమాత్రకాలమున నిర్మూలింపఁబడఁగల వనుట నిస్సంశయము.

మూఢు లనేకులు దూరదృష్టిలేనివారలగుచు, అన్న వస్త్రాదులకు లోపము లేకున్న మనుష్యుఁడు నిర్విఘ్నముగా, సుఖపూర్వకముగా జీవయాత్ర సేయఁగలఁ డని వచించు చుందురు. ఇది కేవలము భ్రాంతి. ఈ భ్రాంతి ఆరోగ్యము లేకున్న సర్వముండియు వ్యర్థమే యను విజ్ఞానానుభవము హానికరమని నిరూపించుచున్నయది.

విజ్ఞానఖనియగు రామతీర్థస్వామి నొక విద్యార్థి, 'మహాత్మా! యథార్థములగు సౌఖ్యానందములు, చిత్త

శాంతి యెచ్చోట లభింపఁగల" వని ప్రశ్నింప నా లోకానుభవజ్ఞాన సంపన్నుండగు బ్రహ్మజ్ఞాని యిట్లుత్తర మొసంగెను.-

"కుమారా! దూరదృష్టియు, విజ్ఞానానుభవమును లేని జను లనేకులు రాజప్రాసాదములను, భూపాలుర మణిమయాలంకార వస్త్రాదులను, వారి యతులవైభవములను గాంచి తమ కట్టి మహాసౌభాగ్యముల సర్వేశ్వరుఁడు ప్రసాదించి యుండలేదు కదా యని విచారమును, నిరుత్సాహమును వెలిబుచ్చుచుందురు. జర్జరమగు పర్ణకుటీర మధ్యంబునఁ బద్మాసనాసీనుఁడయి బ్రహ్మానందముతో భగవత్సంకీర్తన మొనరించుకొనుచు, పరిశుద్ధ కందమూలాదుల నుదరపోషణమునకుఁ దగు విశుద్ధాహారముగఁ బరిగ్రహించి నిరాడంబరములగు వల్కలముల ధరించి జటాజూటమునే మణిమయాలంకృత మకుటముగ భావించి, వసుంధరపై శయనించుచు సర్వేశ్వరుని సృష్టియందలి సౌఖ్యమునంతయు నిరాఘాటముగ ననుభవించుచు నుండు నాబోటివానిని గాంచి జనులు మహాదురదృష్టవంతుఁ డనియు గర్భదరిద్రుఁడనియు, పాప మితఁడు గతజన్మ సంచిత ప్రారబ్ధముచే నిట్టి దిక్కుమాలిన యాకుటెంటఁ బడి సుఖము, ఆనందము, శాంతి అను పదముల కర్థమునయినఁ దెలియలేక వ్యర్థజన్ముఁడయి యున్నాఁడని పరిహాసించుచుందురు.

వారి యీ భావన కేవల మజ్ఞానజన్యమగు మాంద్యము. వారి సంకుచితదృష్టిలో సౌఖ్యానందశాంతుల కుత్పత్తిస్థానము విలాసకారణమగు ధనసమృద్ధియె. వాస్తవ మాలోచించినచో సకలతృష్ణలను భంజించి, కామక్రోధాది శత్రువుల

రూపమునాపి, దేహారోగ్యసంబంధములగు స్వాభావిక నియమముల సక్రమముగాఁ బాలించుచు నేవిధమగు ననారోగ్యములేక కుటీరమున నివసించుచు, సుఖించుచు నుండు కౌపీనధారియే ధనసమృద్ధిచే గర్వాంధుఁడయి, వివిధప్రలోభనములకు గుఱియగుచు నున్నతప్రాసాదాంతర్భాగమున విలాసముల చేతియందలి కీలుబొమ్మయయి కూర్చుండి నిరంతర వ్యాధిపీడితుఁడయి యుస్సురనుచు వేఁడినిట్టూర్పుల విడుచుచుండు కోటీశ్వరునికంటె వేయిమడుంగు లుత్తముఁడు.

ఆరోగ్యసంపన్నుఁడగు నిరుపేదయొక్క జీవితము పూర్ణిమనాటి రాత్రివంటిది. ఆరోగ్యశూన్యుండగు కుబేరుని జీవిత మమావాస్యరాత్రివంటిది. దేహమానసముల సరియగు స్థితియం దుంచుటకుఁ దగు సంయమమును గలిగియుండు స్థానమే సౌఖ్యనివాసమునది. తద్విభిన్నము దుఃఖావహము. కావున దేహారోగ్యసంపాదనము ప్రతిమానవుని పరమలక్ష్యమయి యుండవలసియున్నది."

నిత్యమగు సౌఖ్యమునకు హేతుభూతమగు నారోగ్యమును సంపాదించు నిమిత్తము మనుష్యుఁడు ముఖ్యముగా స్థూలములగు నాలుగు ధర్మముల ననుష్ఠింప బాధ్యుఁడగుచున్నాఁడు. దివారాత్రములం దొక్క నిముసమయిన విరామము లేకుండ మన నాసికారంధ్రములనుండి శరీరములోనికిఁ బోవుచు వెలుపలకు వచ్చుచు నుండు వాయువునకు సంబంధించినది ప్రథమధర్మము.

దాహ మగుటచే గొంతుక యెండిపోవ నాలుక పిడచ గట్టుచుండ మనము నిర్మలోదకమును పానము సేయుచున్నా

రము. మనుష్యుని దప్పికను దీర్చునట్టి యీజలమునకు సంబంధించినదే ద్వితీయధర్మము.

ప్రతిదినము మనము కొంతసేపు మన యంగ ప్రత్యంగములు గదల్చుచు నున్న నుదరమం దొకవిధమగు చిచ్చు గలిగి శరీరమునకు బాధ నొదవించుచున్నది. దీనినే మన మాఁకటి చిచ్చనియు, క్షుద్బాధ యనియు వచించుచున్నారము. శరీరమందిరమును దగ్ధమొనరించివేయు నీ క్షుధాగ్ని నుపశమింపఁజేయుటకు మన మాహారమును భుజింప బాధ్యులమగుచున్నారము. ఈ యాహారమును గుఱించినదే తృతీయ ధర్మము.

ఒక వృక్షముయొక్క మూలమున దానిపోషణము నిమిత్తము మనము నీరుపోసినచో దానియొక్క మూలోప మూలములలో జలమును బీల్చుకొని వృక్షముయొక్క వివిధ శాఖలకును, రెమ్మలకును, దళములకును వ్యాపించి వృక్షమును బెంపొందింపఁజేయుచు దాని రామణీయకమును వర్ధిల్లజేయుచుండుటను మనము వీక్షించుచునే యున్నారము. అదియే చందమున మన మారగించెడి యాహారమంతయు ద్రవరూపమయి మనశరీరముయొక్క సమస్తావయవములకు వ్యాపించుటకు దేహాంగములన్నియు విశేషముగాఁ గదలబాఱుచుండు టావశ్యకము. లేనిచో మన మారగించు భోజనమంతయు వ్యర్థమయి, మలరూపంబునఁ గొంత వెడలిపోవుచు, జీర్ణకోశముయొక్క సూక్ష్మాంగములఁ గొంత చిక్కువడి మనదేహమున కనారోగ్యమును గలిగించి, దుఃఖముల పాలొనరించును. ఇట్టి యనారోగ్యమును నిర్మూలించు

నట్టియు దేహమును గర్మపరతంత్ర మొనరించునట్టియు కదలిక (చలనము) కే వ్యాయామ మనియు, దేహ పరిశ్రమమనియుఁ బేళ్లు. ఈ వ్యాయామమునకు సంబంధించి నదే చతుర్థధర్మము.

ఈ ధర్మచతుష్కమును గూర్చి క్రమముగా ముచ్చటింతము. అటుపిమ్మట నీ ధర్మముల నుపాంగములుగ నున్న దేహారోగ్యమునకు వలయు వివిధావసరములను గూర్చి ప్రసంగించుకొనవచ్చును.

పదునైదవ ప్రకరణము

వాయువు



"Purity of everythin is wanted to happiest life."

"ప్రతివిధమగు పారిశుద్ధ్యము సౌఖ్యవంతమగు జీవితమున కవసరము."

మానవుని సమస్తములగు నగత్యములలోని కెల్ల వాయువు తొల్లింటిదని నుడివియున్నాఁడను. ఈ మహా వాయువు మనుష్యులమగు మనకే కాదు, విశ్వమండలి సకల జీవరాసులకును, వృక్షా ద్యనేకపదార్థములకును మిక్కిలి యక్కరయగుచున్నది. దైవనిర్మితమగు సమస్త ప్రపంచము యొక్క యునికికి మహావాయువే ప్రథమావలంబనము. ఏ క్షణమం దీ మహా వాయుచలనము నిలిచిపోవునో యా క్షణమందే సకల విశ్వముయొక్క గతి స్థగితమయిపోవ జీవ ప్రపంచము సర్వనాశనమయి పోవుట తటస్థింపఁగలదు.

మన మాహారపానీయముల విసర్జించి కొన్ని దివసము లయిన జీవింపఁగలము కాని వాయువులేకుండ నాలుగయిదు నిముసములకంటె నధికసమయము బ్రతుకఁజాలము. ఈ పరమ రహస్యమందే యీశ్వరుని మహిమాధిక్యము వెల్లడి యగుచున్నది. ఆదయారాశియొక్క నిర్వ్యాజకృపావలంబనము లేనిచో మన మీ పరమసౌఖ్యదాయకమగు వాయువును

సంపాదించుటెట్లు ! గాలిలేకుండ జీవించు జీవ మొక్కటియు నీ విశాలమగు సృష్టియం దెచ్చోటను గోచరింపఁజాలదు.

తల్లిగర్భమునుండి బాహ్యప్రపంచమునఁ బడినంతనే శిశువు తొలుదొల్తఁ జేయునది నాసారంధ్రములనుండి వాయువు నాఘ్రాణించుటయే. విరామము లేకుండ గాలిని పీల్చుట, విడుచుట నిరోధింపఁబడినపుడు దేహమునుండి జీవుఁడు వెడలిపోయినాఁడని గ్రహించి మన మా నిర్జీవ దేహము నొక విలువలేని పదార్థముగ గ్రహించి దహనముచే భస్మమొనరించి వైచుచున్నారము.

వాయువుయొక్క గమనాగమనములు దేహయంత్రమునఁ గలుగుచున్నంతవఱకే జీవితమునకు విలువ గలుగుచున్నది. వాయువు వెడలిపోయినంతనే యెందఱిచేతనో ప్రేమింపఁబడిన మనుష్యదేహము మృతకళేబర మనఁబడి భయంకరముగఁ జూడఁబడుచున్నది.

మనము నివసించు వాయుమండలమునం దొకే విధమగు వాయువు నెలయుచుండుటలేదు. వాయువునకు రూపము లేకున్నను నయ్యది త్వగింద్రియముచే స్పర్శింపఁబడి మనచే గ్రహింపఁబడుచున్నది. మనము దీర్ఘముగ విచారించి చూచినచో వాయువు చతుర్విధములుగ నున్నట్లు స్పష్టపడఁగలదు. అది ప్రాణవాయువు, లవణవాయువు, విషవాయువు, జలవాయువు అను పేళ్లఁ బఱఁగుచున్నది. విషవాయువునకే యంగారక క్షారవాయువు, బొగ్గుపులుసు

గాలి యను మఱి రెండు నామములు కలవు. జలవాయువు బాష్పవాయువనియుఁ బిలువఁబడుచున్నది.

మన శరీరసంరక్షణమునకుఁ బ్రాణవాయువు, లవణ వాయువు మిక్కిలి యావశ్యకములయి యున్నవి. శేషించిన రెండు వాయువులును మహావాయుమండలమున స్వల్పపరి మితియం దుండుటయే వాని యప్రాముఖ్యమును జాటు చున్నది. లోకమందలి సమస్తజీవరాసులకును బ్రాణవాయువు లవణవాయువుతో సమ్మిశ్రితమయినపుడు కలుగుచున్న నిర్మలవాయువే ప్రాణాధార మగుచున్నది.

ఈ పరిశుద్ధమగు వాయువు లోపించిన స్థలములందు వ్యాధులు ప్రబలమగును. ఈ వాయువు కేవలము నిలిచి పోయినచో దీపమునఁ బడి దగ్ధమయిపోవు శలభములమాడ్కి సకల జీవరాసు లసువులఁ బాయుట రూఢి. ప్రాణవాయువు నశించినచో యగ్నికిఁ గల దహనశక్తియే చల్లారిపోఁగలదు. మంచిగాలి లేనిచో దీపములు వెలుంగనేరవు; ప్రపంచ మంతయు నొక్కసారిగ నంధకారబంధురమయి మహా భయంకరము కాఁగలదు.

ప్రాణవాయువునందు మిక్కిలి వేగమును, ఉష్ణమును గలవు. కావున నది ప్రత్యేకముగ నితరవాయువులతోఁ గలియకయే భూమండలమున వీచుచున్నచో మన మెల్లర మొక్క నిమేషమందే ప్రాణములఁ గోల్పోవవలసివచ్చును. లవణ వాయువుతోఁ గూడియున్న ప్రాణవాయువే మిక్కిలి యుపయుక్త మయినది. సృష్టియందలి మాలిన్యమునంతయుఁ

బోఁగొట్టి పరిశుద్ధ్యమును మనకుఁ బ్రసాదించున దీ ప్రాణ
వాయువే.

ఇది భూమినుండి రమారమి యేఁబది, అరువది మైళ్ళ
దూరమువరకు విశ్వమునందంతట వ్యాపించియుండును. మన
మెన్ని పనులు చేయుచున్నను, ఆడుచున్నను, పాడుచున్నను,
నిద్రించుచున్నను, మఱి యేకార్య మొనరించుచున్నను
ప్రాణవాయువు మాత్రము సదా మన నాసికారంధ్రముల
ద్వారమున శ్వాసకోశములలోనికిఁ బ్రవేశించి, శరీరమందం
తట వ్యాపించి, అందందు నెలకొనియున్న మురికి నంతయు
వెలుపలకు వెడలఁగొట్టుచుండును.

నిరంతరము విద్యుచ్ఛక్తిచేఁ బనిసేయుచున్న యంత్ర
మునం దొక విధమగు మురికి చేరుచుండ యంత్రము నడపు
వారద్దానిని గుడ్డతోఁ దుడిచి శుభ్రపఱచుచుందురు. మనము
నహితము మనదేహయంత్రములలో ననుదిన మొదవుచుండు
కల్మషమును బరిశుభ్ర మొనరించివేయుటకు సంసిద్ధుల మయి
యుండవలయును. కాని శరీరయంత్రముయొక్క యంతర్భాగ
మును మనము నిత్యము గుడ్డతోఁ దుడువఁజాలము.

శరీరముయొక్క బహిర్భాగమున వెలయు మురికినం
తయు జలప్రక్షాళనముచే శుభ్ర మొనరించుట కేమియు నభ్యం
తర ముండనేరదు. శరీరాంతర్భాగమును బరిశుభ్ర మొన
రించుటకుఁ బ్రాణవాయు వెంతయు సమర్థమయి యున్నది.
ప్రాణవాయువు ఘ్రాణేంద్రియముల ద్వారమున
శ్వాసకోశములఁ బ్రవేశించి, అచటి రక్తమును శుద్ధ మొన
రించి క్రమముగా రక్తనాళము లన్నింట రెప్పపాటుకాల

మున వ్యాపించి, అటనుండు ముఱికిని రక్తమునఁ జేరియుండు చెడ్డద్రవమును విశేషముగఁ దన వెంట నిడికొని తిరిగి నాసికా రంధ్రముల ద్వారమున బయటఁబడుచున్నది. ప్రాణవాయువు శరీరమునఁ జొచ్చి తనవెంటఁ గొనిరాగా మిగిలియున్న కల్మషమును స్వేదరూపమున శరీరమునఁ గల సహస్రాను సహస్రములగు రోమకూపముల ద్వారమున బయటకు ద్రోసి వేయుచున్నది.

స్వేదము ప్రాణవాయువుయొక్క సాహాయ్యమున నిరంతరము దేహమునుండి బహిర్గతి మగుచుండుట వలననే దుర్గంధపూరిత మగుచున్నది. తన శ్వాసకోశములనుండి వెడలు వాయువు మాలిన్యముతోఁ గూడియుండుటచేతనే దుర్వాసనను బుట్టించుచున్నయది. మనశరీరమం దనుక్షణము దూషితమగుచుండు ప్రాణవాయువునకే విషవాయువు, బొగ్గు పులుసువాయువు, బాష్పవాయువు యను నామాంతరములు కలవు.

సామాన్యముగా మన నాసికాకోశములనుండి దుర్గంధ పూరితముగ వచ్చు గాలియే బొగ్గుపులుసుగాలి. దానియందే యంతర్భాగమయి వచ్చుచుండు నావిరివంటి గాలియు నొకటి కలదు. అదియే బాష్పవాయువు. ఉదయముననే నిద్రనుండి మేల్కాంచినపుడు మనము నోరు తెఱచిన నోటినుండియు విశేష మగు నావిరి బయలు వెడలుచుండుట మనము వీక్షించు చున్నారము. ఈ రెండు వాయువులును కేవలము శరీరమునఁ జొచ్చు ప్రాణవాయువుతోఁ గూడిన ముఱికియే యని

గ్రహింపవలసియున్నది. వేయేల, వాయువులన్నింటియందును ప్రాణవాయువే మనకు ముఖ్యముగా జీవనాధారముగా చున్నది.

జీవరాసుల శ్వాసకోశములనుండి వెలువడుచుండునట్టి విషవాయువును, బాష్పవాయువును సదా మహా వాయు మండలమందలి లవణవాయువులోఁ గూడియున్న ప్రాణ వాయువుతో నిరంతరము కలియుచున్నచో నదియు దూషిత మయి, జీవప్రపంచము నొక్కక్షణమందే హతమొనరించి వేయఁగలదు. ప్రాణ లవణ వాయువులు కలిసినగాని నేర్పడిన నిర్మలమగు గాలిని మనము సేవించినకొలఁదియుఁ బరిశుద్ధా రోగ్య సంపన్నులము కాఁగలుగుదుము.

విషవాయువును, బాష్ప వాయువును సంమిశ్రితముగా నప్పుడు కలుగు గాలి కడు భయంకరముగానుండు. ఇయ్యది తీవ్ర విషపూరితమయి యుండుటచే మనచే నెంతగా సేవింపఁబడిన నంత యుపద్రవ మొనరింపఁగలదు. ఈ విష పూరితమగు భయంకర వాయువే ప్రపంచమందలి వ్యాధుల కొక ముఖ్యకారణము.

మనము సాధారణముగా విశ్రాంతిదశయందుండు నప్పుడు నాలుగువందల యెనుబది ఘనాంగుళముల ప్రాణ వాయువును లోనికిఁ బీల్చుకొనుచున్నారము. వేగముగ నడచినప్పుడును, పనిసేయుచున్నపుడును దానికి మూడంతల గాలి నధికముగాఁ బీల్చుచున్నాము. మన మెంతగాఁ బ్రాణ వాయువును శ్వాసించ గలిగిన నంత ప్రయోజనము కలుగఁ గలదు. ఇయ్యది శరీరసంరక్షణమున కావశ్యకములగు

నితరపదార్థములవలె మితిమీఱినను హానికరము కానేరదు. ప్రాణవాయువు పుష్కలముగా లేని ప్రదేశములందు విష వాయువు మిక్కుటముగా వ్యాపించియుండి మన ప్రాణ శక్తిని హరించివేయుచుండఁగలదు.

బొగ్గుపులుసుగాలి ప్రాణవాయువుకంటె మిక్కిలి భారముగా నుండుటచే భూమినుండి యొకటి రెండడుగుల యెత్తువఱ కధికముగా వ్యాపించియుండును. ఇదియే కారణముగ శరీర విజ్ఞానశాస్త్రవేత్తలు భూమిపై శయనించు పద్ధతిని నిషేధించియున్నారు. బాష్పవాయువు జలము నుండియు, జలమునకు నివాసస్థానమగు భూమినుండియు నధికముగా నుత్పన్నమగుచుండుటచే మనుష్యులు భూమిపై శయనింపరాదు. మూఢు లనేకులు వాయువుయొక్క భేద ములను గ్రహింపఁజాలక ప్రాణవాయువు లేని ప్రదేశము లందు నివసించుచుండుటచే శరీరారోగ్యమును గోల్పోయి, భయంకరవ్యాధులకు లోనయి ప్రపంచసౌఖ్య దూరులగు చున్నారు.

ప్రాతఃకాలమందును, సాయంకాలమందును బరిశుద్ధ మగు ప్రాణవాయువు భూమండలమునం దంతట విస్తా రముగా వ్యాపించియుండుచుండును. ప్రాజ్ఞు లనేకులు శరీ రారోగ్యసౌఖ్యమున కలవడియున్నవార లగుటచేఁ బ్రాతః కాలముననే నిద్దురనుండి మేల్కాంచి గ్రామముయొక్కకాని, నగరముయొక్కకాని బాహ్యసీమల కరిగి స్వచ్ఛమగు వాయు వును స్వేచ్ఛగా సేవించుచు నద్దాని ప్రయోజనముచే దమ మనస్సులను వికసింపఁ జేసికొనుచుందురు.

ప్రాతస్సంధ్యాసమయముల విహారముచే దేహమున కెంతయో పరిశుద్ధమగు వాయువు సంప్రాప్తింపఁగలదు. సూర్యోదయ మయినంతనే రాత్రికాలమంతయు నిద్రయందుండి విశేషముగాఁ ప్రాణవాయువు ననుభవించి యుండని మనస్సునకు బహిరంగప్రదేశము నందలి విశుద్ధమగు ప్రాణవాయువు ననుభవింప నొసంగకుండినచో నది యెంతయుఁ దప్తమయి నిజశక్తుల క్షీణింపఁ జేసివేయఁ గలదు.

ప్రభాతవాయువు సంజీవి వంటిది. దీనిని సేవించుట ప్రతిమానవునకు సత్వరాచరణ మగు ధర్మమయి యున్నది. బాలభానుని కిరణమాలికలు భూమండలమునఁ ప్రసరించుటకుఁ దొలుతనే ప్రపంచమంతయు నిశ్శబ్దముగా నుండి విషవాయువున కధికముగా స్థానమొసంగక, వివిధజాతుల విహంగముల కలకలారావములచే శబ్దాయమానమగుచు మనస్సున కెంతయు నాహ్లాదకరముగ నుండఁగలదు.

పక్షులన్నియు నుషఃకాలముననే నిద్రనుండి మేల్కాంచి రాత్రికాలమంతయు నిద్దురమత్తుచే మొద్దుబాఱియున్న తమ దేహములకు నూతనచైతన్యమును గలిగించుటకును, తమ మనస్సుల కాహ్లాదము నొడగూర్చుకొనుటకును, శరీరారోగ్యమును సముపార్జించుకొనుటకును గగనమండలమున కెగసి వాయుమండలమున విహరించుచుండుటను మనము గాంచుచునేయున్నారము.

మనుష్యులమగు మనకంటె విహంగములకే ప్రాణవాయువునందలి సౌఖ్యానుభవజ్ఞానము మిక్కుటముగాఁ గలదని గ్రహింపవలసివచ్చుచున్నది. మనము రాత్రులందు

శయనించు గృహముయొక్క కవాటములను, గవాక్షములను బంధించుకొని నిద్రింతుమేని విశేషముగఁ బ్రాణవాయువు గృహమందుఁ బ్రవేశింపనేరదు. అట్లగుట మనము గృహమందు వ్యాపించియుండు బొగ్గుపులుసు గాలిని, మన శ్వాసకోశములనుండి బహిర్గతమగుచుండు బాష్ప విషవాయువులను గత్యంతరము లేక తిరిగి యాఘ్రాణింపవలసిన వారల మగుచున్నారము.

ఈ కారణముననే ప్రాతఃకాలమున శయ్యాతలమును బాసినంతనే మన శిరమునం దొకవిధమగు వేదనయు, శరీరమందంతట నిస్సత్తువయు, కండ్లు మంటలును గలుగుట తటస్థించును. ముక్కును, నోటిని బలాత్కారముగాఁ బట్టి మూసివేయుటచేఁ బ్రాణవాయువు నాఘ్రాణించుటకు వీలు లేక మన శరీరమందలి ప్రాణమెట్లు ఉక్కిరిబిక్కిరియయి గిలగిల గొట్టుకొనఁ గలదో మన కనుభవమే.

అదియేచందమునఁ బుష్కలముగాఁ బ్రాణవాయువును సేవింపనోఁచని శరీరమందలి యవయవములన్నియు సహజవికాసముం దక్కి వ్యాకులతను జెందఁగలవు. ఆరోగ్యము నభిలషించు ప్రతివ్యక్తియు నిరాటంకముగా వాయువు ప్రవేశించుచుండు గవాక్షములు గల గదులందే శయనించుట శ్రేయస్కరము.

ప్రాణవాయు వెచ్చోట స్వల్పముగ నుండునో, అచ్చట బొగ్గుపులుసుగాలి హెచ్చుగా నుండునని యువజను లెల్లరు గ్రహింపవలసియున్నది. సుఖముగా భువి జీవింపఁ గోరు వ్యక్తి విషప్రయోగమునకయిన నమ్మతింపవచ్చునే

గాని, బొగ్గుపులుసుగాలితో నిండియున్న వాతావరణమం దొక్క నిమేషకాలమునయిన నివసింపరాదు. సాధారణముగా గృహస్థులు తమ యజ్ఞానముచే నివాసస్థానముల వ్యాపించి యుండు బొగ్గుపులుసుగాలిచేఁ గలుగు కష్టనష్టములను గ్రహింపఁజాల కున్నారు. ప్రాణవాయువుయొక్క ప్రయోజనములను సహిత మటులే గుర్తింపఁ జాలకున్నారు.

మానవలోకము ప్రాణవాయువు నొక విలువలేని సామాన్యపదార్థమనియు, అద్దానిని విలువనొసంగకయే యెట్టి నిరుపేదయైనను బడయవచ్చుననియు భావించునట్టి మూఢస్థితికిఁ జాల్పడియున్నది. మనుష్యుఁడు విలువ నొసంగి పరిగ్రహించు భౌతికపదార్థములలోని కెల్ల వాయువే శ్రేష్ఠతమమయినదని కేవలము విజ్ఞానధనులు మాత్రమే గ్రహింప సమర్థులై యున్నారు. సర్వలోకరక్షకుఁడు, పరమ దయానిధియు, శక్తిసంపన్నుఁడును నగు సర్వేశ్వరుఁడు లోకహితము నపేక్షించి వాయువును సకలజీవులకు లభ్య మొనరించి యున్నాఁడు.

అతఁడు నిర్వ్యాజమగు విశుద్ధప్రేమశూన్యుఁడే యగుచో—వ్యాపారివలె లోకమున కుపకరించు ప్రతిపదార్థమును విక్రయింపఁ దలఁచినచో లోకమందలి సంపదలన్నియు నొక్క వాయువుయొక్క మూల్యమునకే సరి రా నేరవు. ఈమూల్యమగు నిట్టి వాయువు యుచితముగా లభించుచున్నంతమాత్రమున మనుజు లద్దాని ప్రయోజనములను గుర్తెఱుంగకుండు టెంతయు శోచనీయము.

ప్రాణవాయువు కొఱవడి బొగ్గుపులుసుగాలి మిక్కుటముగా నుండు స్థలముల నివసించుటచే మనుష్యులు రోగులయిపోదు రని వచింప మూఢులు విశ్వసింపకుందురు.

ఈశ్వరనిర్మితమగు నియమ మేదియు నొక్కసారిగఁ దన ప్రభావమును బ్రకటింప నొల్లదు. దయానిధియగు నా జగదీశ్వరుఁడు తన నిబంధనముయొక్క ప్రభావమును క్రమక్రమముగా మానవలోకముపైఁ బ్రసరింపఁజేయుచు హెచ్చరిక నొసంగుచుండును. దేవుని యా హెచ్చరికను దీర్ఘకాలముదనుక గుర్తింపలేని మనుష్యుఁడు భయంకర రోగగ్రస్తుఁడయి యకాల మృత్యువాతను బడుటయే నిక్కువము. బొగ్గుపులుసుగాలి నమితముగా సేవించువాని గతియు నిట్లేయగును.

పదునాఱవ ప్రకరణము

జలము

****

జలము మానవుని ముఖ్యావసరములలో ద్వితీయ స్థానము నలంకరించుచున్నయది. ప్రపంచమందలి సమస్త జనులు దీనిని గంగ యనుపేరఁ బవిత్రముగ భావించి పూజించుచున్నారు. జలమునకు జీవనమను నామాంతర మును గలదు. ఈ నామముయొక్క యథార్థతను నిత్యము విశ్వమునం దభివృద్ధి నందు విజ్ఞానము చాటుచున్నయది. వేదములు, పురాణములు, నవ్యవిజ్ఞానము, ప్రతీచీనాగరికత, పార్థివసృష్టి తొలుదొల్త జలమునుండియే సకల మావిర్భ వించియున్నదని నుడువుచుండుటను మనము వీక్షించుచునే యున్నారము.

మనజీవితము లీ జలమునే ముఖ్యముగా నాశ్రయించి యున్నవి. మనము వాయువు లేకుండ కొన్నిక్షణములు జీవింపఁ గలుగుచున్నాము. జలము లేనిచో కొన్నిగడియల కాలమే ప్రాణములతో నుండఁగలము.

మనకు సాధారణముగా జలము సముద్రముల నుండియు, స్రవంతులనుండియు లభించుచున్నది. సాగర సలిలమం దధికముగా లవణము కలిసియుండుటచే నది యపేయమగుచున్నది. అధికమగు లవణముతోఁ గూడి యున్న జలము పానయోగ్యము కాకపోయినను స్నానమున

కధిక ప్రయోజనకరమగుచున్నది. సముద్ర జలస్నానముచే శరీరమం దొక విధమగు విద్యుచ్ఛక్తి విశేషముగాఁ గలుగుచున్నది. దేహమందు లవణపదార్థము కొఱవడి యున్నపుడు ప్రతిమనుజుఁడు సముద్రస్నానము సలుపుట శ్రేయోదాయకమని గ్రహింపనగును.

ప్రకృతిప్రభావముచే నేరుగా మేఘములనుండి వర్షించు జల మతి పరిశుద్ధమయినది. అందు వివిధములగు కల్మషములు సమ్మిశ్రితములయి యుండ నేరవు. వర్షజలము నొక సీసాయందుఁ బరిశుభ్రముగా భద్రపఱచినచో నది యౌషధముల కుపయోగింపఁగలదు. వృష్టిజలము సమస్త జనులకును శ్రేయమయి యున్నది. వర్షజలపానముచే శ్లేష సంబంధములగు మలము, విషము మనదేహమునుండి వెడలిపోఁగలదు.

స్వల్పవాయువుతోఁ గూడియుండు జలమునందు మాధుర్య మధికముగా నుండనేరదు. నీటితోఁ గలిసియున్న వాయువు రక్తశుద్ధికిఁ దోడ్పడును. ఇదియే జలమును రుచి కరముగను, మధురముగను జేయుచుండును. ఈ కారణముననే భిషగ్వరు లెందఱో వర్షించుచున్న జలము నారోగ్య కరమనియు, రక్తపరిష్కారకమనియు, మధురముగా నుండు ననియు లఘువుగా నుండుననియు వచించియున్నారు.

పరిశుద్ధమగు జలము రక్తమును శుభ్రపఱచుకొను నిమిత్తము కడుపునిండుగఁ బానముసేయఁదగును. స్వల్పముగ జలమును ద్రాగుటచే రక్తము పలుచనయిపోవ రక్త నాళములు శుష్కించిపోఁగలవు. వర్షజలము నధికముగాఁ

బానమొనరించుటచే శరీరమందలి రక్తము నానాఁట నిర్మల మగుచు వర్ధిల్లి దేహారోగ్యమును వృద్ధిఁ జేయును.

పేయజలమందు లవణ మధిక పరిమితియందుఁగాని, అత్యల్ప పరిమితియందుఁ గాని యుండరాదు. జిహ్వకు సామాన్యముగా క్షారత్వముయొక్క రుచినిఁ దెలియఁజేయఁ జాల నంతటి పరిమితియందుఁ గల లవణముతోఁ గలిసియుండు నదీనదములయొక్కయు, వాపీకూపతటాకముల యొక్కయు జలము త్రాగుట కర్హమయి యున్నది. అధికముగా గంధకమును గలిగియుండు జలము త్రాగుట కసహ్యముగను, రుచిశూన్యముగను నుండుచున్నయది. ఉప్పునీటివలె గంధకపు నీరును జర్మరోగముల రూపుమాపునిమిత్తము స్నానాచరణ యోగ్యముగ నున్నది.

పరిశుద్ధమగు వర్షజలము సీసాలయందు నింపఁబడి "జీర్ణశక్తికారిణి, విరేచనకారిణి" యను నామములతో నౌషధముగ విక్రయింపఁ బడుచుండును. జల మేచందమున శరీరారోగ్యమును వృద్ధిఁ గావించుచున్నదో, అది యేవిధముగ దేహారోగ్య భంగకరముగను నుండుచున్నది. జలము పరిశుద్ధముగ నున్నపుడు ప్రాణమును రక్షించును. అపరిశుద్ధముగ నున్నపుడు ప్రాణమును భక్షించును.

పేయజలమున కుపయోగించు నదులును, తటాకములును, కూపములును మిక్కిలి పవిత్రముగ నుంచవలయును. పరిశుద్ధమగు జలము వర్ణహీనమయి, గంధశూన్యమయి మధురముగా నుండును. అందు రోగాణువులు సయితము స్వల్పముగా నుండుచుండును. కాని వానిచే రోగములు సంభవింప

నేరవు. లవణహీనములగు నాహారపానీయములు మనుష్య దేహపోషణమున కుపకరింపఁజాలవు. మితముగ స్వీకరింపఁబడు లవణము దేహముయొక్క స్వాభావికారోగ్యమును వృద్ధిఁగావించును.

రోగము కలుగుటకుఁ బ్రబలకారణ మగునంతటి కల్మషము, విషము, దుర్వాయువు మన దేహమం దంతకుఁ బూర్వమే కూడియుండనిచో మనము త్రాగు జలముతోఁ గలిసి శరీరమందుఁ బ్రవేశించు రోగాణువులు వ్యాధి నొదవింపఁ జాలవు. నగరములందుఁ బారిశుద్ధ్య సంఘమువారు విశేషవ్యయ ప్రయాసలతో జలమును వడియఁగట్టి జనసామాన్యమున కందఁజేయు చుందురు. గంగాయమునలవంటి మహానదుల జలమును వడియఁగట్టు ప్రయాసము వ్యర్థము.

ఈ మహానదులయొక్క జలమునందు రోగముల నిర్మూలించు గుణ మతిప్రబలముగా నుండును. కాని నగరములనుండి వచ్చు మురికికాలువ లిట్టి మహానదులలోఁ గలిసి ప్రవహింప నారంభించినప్పటినుండి నదీజలముయొక్క ప్రాశస్త్యమును, మహిమయు నంతరించినవని నుడువుటకు విచారమగుచున్నది. విదేశీయుల నాగరికత థేమ్సువంటి పవిత్రమగు మహానదిని మలప్రవాహములతో నింపివేయుచుండ భరతఖండమందలి గంగా, యమునాది పవిత్రనదులు మన యజ్ఞానముచే మలపూరితములు కావలసి వచ్చుచున్నవి.

ఆంధ్రదేశమున సుప్రసిద్ధములయి, పవిత్రతోయపూరితములయి, సస్యప్రదములయి యొప్పు పావన కృష్ణా గోదావరి

వంటి మహానదులకును మలప్రవాహములతోఁ గలియు దురదృష్టము తప్పినదికాదు. ప్రాతఃకాలమగుసరికి వేలకొలఁదిగ జను లీ మహానదుల తీరములందే మలమూత్రముల విసర్జించుచున్నారు. నదుల కిట్టి దుస్థితి విశేషించి నగరవాసుల వలననే సంభవించుచున్నది. నగరవాసులకు మలవిసర్జనమునకయి ప్రత్యేకములగు మైదానములు నగరపారిశుద్ధ్యసంఘము వారిచే నేర్పఱచఁబడి యుండకుండుటయే వారి నిట్టి హీనమగు కార్యమున కొడఁబడఁ జేసినటు లూహింపవలసి వచ్చుచున్నది.

మొన మొన్ననే ఆంధ్రదేశ సంచారసందర్భమున కృష్ణాగోదావరీ నదులఁ గాంచి గాంధిమహాత్ముఁ డతులితానందపరవశుఁడయి తోడ్తోడనే యీ మహానదుల తీరముల వేలకొలఁదిగ నగరవాసులు వచ్చి మలవిసర్జన మొనరించుచుండుటను వీక్షించి ప్రజలకు శౌచముపట్లఁ గల యశ్రద్ధకును, నిర్లక్ష్యమునకును గడుంగడు వగచెను. ఇట్టి నీచకర్మలచేఁ బవిత్రమగు జల మపరిశుద్ధమయి మానవలోకము యొక్క యారోగ్యమును భంగపఱచు నని యతఁడు వక్కాణించెను.

ప్రస్తుత భరతఖండమున మనకుఁ గల యధమపరిస్థితులనుబట్టి పరిశుద్ధమగు జలమును సదా పడయఁగలుగుట కష్టసాధ్యముగ నున్నది. మనము త్రాగుజల మపరిశుద్ధముగా నున్నదను సందేహము కలిగినంతనే యానీటిని కాఁచి వడబోయుట మిక్కిలి మంచిది. కాఁచిన జలమందు సామాన్యముగాఁ గాయని నీటియందుండు రుచి యుండనేర దనుట

వాస్తవము. కాని సూక్ష్మక్రిముల భయము లేకుండ నుండుటకు జలమును గాంచి వడపోసి, అటుపిమ్మట వేడినేటిని జల్లార నిచ్చినచో నందుఁ దిరిగి రుచి యేర్పడఁగలదు.

ఉషఃకాలముననే నిద్రనుండి మేల్కాంచినంతనే యుదరమునిండుగ రాత్రికాలమందు మృణ్మయపాత్రయందుఁగాని, తామ్రపాత్రయందుఁగాని భద్రపఱచియుంచిన నిర్మలమగు జలమును పాన మొనరించుటచే సకాలమున విరేచనము కాఁగలదు. మలబద్ధకముగా నున్నటులఁ దోఁచినపుడే యీరీతి నాచరింపఁ దగును గాని సదా యాచరించుటచే స్వాభావికమగు విరేచనశక్తి నశింప నస్వాభావిక మలవిసర్జనాభ్యాస మేర్పడఁగలదు. ప్రతిదినము ప్రభాతకాలమున నాసారంధ్రములనుండి శీతలజలమును బీల్చి వదులుచుండుటచే నాసికారంధ్రాగ్రమునుండి కంఠనాళమువఱకు నెట్టి మాలిన్యము లేకుండఁ బోవుటచే మనకుఁ బీనసవ్యాధిభయము కలుగ నేరదు. తలనొప్పియు రానేరదు.

ఆహారముకంటె మన మధికముగా నిర్మలమగు జలమును పానము సేయుచుండుటచే దేహమందలి మలము, విషము మొదలగు నన్యపదార్థము లన్నియు స్వేదరూపంబునను, మూత్రరూపంబునను సంపూర్ణముగా వెడలిపోఁగలవు. అపుడు శరీరమందలి రక్తము నిత్యనూతన తేజముచేఁ బ్రకాశవంతమయి దూషితముకాక యుండఁగలదు. మనశరీర మపుడు చక్కని యారోగ్యము కలదయి మన కెంతయు సౌఖ్యానందములఁ బ్రసాదింపఁగలదు.

నిర్మలజలపానముచే మన దేహమందు రసాయన క్రియల యావేగము వృద్ధియగుచుండు ననియు, అగ్నిప్రదీపనము గలుగుచుండుననియు, ఓషధీకరణ మధిక మగుచుండు ననియు, దుష్పదార్థమంతయు బహిర్గతమయి పోవుచుండు ననియు జలతత్వ విశారదు లెందఱో వచించుచున్నారు. భోజనకాలమందు విశేషముగా శీతలజలమును ద్రాగుటచే జీర్ణకోశముయొక్క జఠరాగ్ని మందగించును. కావున భోజనకాలమందుఁ గేవలము దాహము నుపశమింపఁజేయు నిమిత్తమే స్వల్పముగా జలమును బానమొనరించుట శ్రేయస్కరము.

భోజనకాలమందు దప్పికను గొంచెము నీటిచేఁ దీర్చుకొనువానికి భోజనానంతరము బాగుగాఁ బిపాస కలుగఁ గలదు. అట్టి దశయందు విస్తారముగా మనము జలమును బాన మొనరింతుమేని జఠరాగ్ని యినుమడించును. మన మారగించిన భోజనముయొక్క యధికమగు రసము పాన మొనరించిన జలముతోఁగూడి పరిశుద్ధమగు నూతనరక్త రూపమునఁ బరిణమించుచున్నది. అపుడు రక్తనాళముల వేగ మధికమయి పిత్తమును వృద్ధిపఱచి దేహమును బలాఢ్యముగఁ జేయును. ప్రతి యువకుఁడు తా నెచ్చటి కరిగినను పానము సేయు జలముయొక్క పారిశుద్ధ్యమును గూర్చియే పచారింప వలసియుండును.

అపరిశుద్ధముగా నుండు జలమందలి మాలిన్యమునుండి వేనవేలుగ మన స్థూలదృష్టికి గోచరింపనట్టి సూక్ష్మాతిసూక్ష్మములగు క్రిము లుండుటచే నవి శరీరమునఁ బ్రవేశించి మన

కనేకవిధములగు వ్యాధులను గలిగించుచుండును. మురికిగా నుండు జలముయొక్క యొక బిందువును సూక్ష్మదర్శినీ యంత్రముచే విలోకింతుమేని యందు సూక్ష్మాతిసూక్ష్మము లగు నణువులవలె నుండు క్రిము లెన్నియో కానరాఁగలవు. సామాన్యముగా జనులు దాహతాపోపశమనార్థము జల మెట్టిదా యను వివేచనము లేకయే త్రాగివైచు చుందురు.

స్ఫోటకము, విషూచి, విషజ్వరము మొదలగు నంటు వ్యాధులకు మురికిగానుండు జలమే మూలకారణము. ఈ కారణము నెఱింగియే ప్రభుత్వారోగ్య శాఖాధికారులు జనులు విశేషముగా త్రాగుట కుపయోగించుకొను బావు లందును, చెఱువులందును. చెలమలందును విషక్రిములఁ జంపెడి యౌషధములఁ గలుపుచుందురు. ఇంతమాత్రముచే జలము పానయోగ్యము కాఁజాలదు. ఔషధప్రయోగముచే నెన్నియో సూక్ష్మజీవులా జల మందు మరణించుట తట స్థించుచున్నది.

పానయోగ్యమగు జలమునుగూర్చి ప్రభుత్వమువారు శ్రద్ధవహించుటకుఁ బూర్వమే దేవునిచే జలమందు మాలిన్య భుక్కులుగ మత్స్యాదులు సృజింపఁబడియున్నవి. కాని దేవుని యాజ్ఞల నుల్లంఘింప నలవడిన మూఢులగు మనుష్యులు మన జీవనాధారమగు జలమును శుద్ధిపఱచుచు, మనహితమునే సేకరించుచున్న క్షుద్రజీవములగు చేపలను నిర్దయులయి చంపి భక్షించుచున్నారు. అందుచే జలము సామాన్యముగా మురికిగనే యుండుట తటస్థించుచున్నది.

కావున సమస్తజనులు కాఁచి వడియఁగట్టిన జలమునే పానము సేయుట హితకరము. ఈ విషయమునం దశ్రద్ధ వహించియు, చపలమగు జిహ్వేంద్రియము యొక్క యస్వాభావిక రుచికిఁ బాల్పడియు జలమును బరిశుద్ధ మొనరింపకయే నిరంతరముఁ ద్రాగుచువచ్చిన మనము భయంకరరోగముల పాలఁబడుట నిస్సంశయము.

భారతవర్ష మందు ముఖ్యముగా మనయాంధ్రరాష్ట్రమునఁ బ్రతిగ్రామమందు జలపూరితములగు తటాకము లుండుచున్నవి. తటాకములు లేని పల్లెలందు బావులు కాన వచ్చుచున్నవి. గ్రామస్థు లీ తటాకములందలి జలమునే స్నానపానాహార పచనాదిసమస్తకార్యముల కుపయోగించు కొనుచున్నారు. ఆంధ్ర దేశమందలి కొన్ని గ్రామము లలో నీ పను లన్నింటికి కూపజలమునే వాడుకొను చున్నారు.

రైతు లీ దేశమునకు గుండెకాయవంటివారు. రైతులకుఁ బల్లెలే పట్టుఁగొమ్మలు. పల్లెలు పశుసంతతిచే సమృద్ధములయి యుండి రైతు జీవితసౌఖ్యమునకుఁ దోడ్పడు చుండును. గ్రామములందు రైతులును, వారి పశువులును నొక్క తటాకమందలి జలమును బానము సేయుచున్నట్లు మనము చూచుచున్నాము. నేఁడు పల్లెలందు నివసించు రైతునకు వ్యవసాయ చింతనముతక్క వేఱు విచార మున్నటులే కానరాదు. వారు దేహారోగ్య సంబంధములగు సమస్యలనుగూర్చి విచారించుటయందుఁ దమ మనస్సులఁ జొప్పింపకున్నారు.

గ్రామపునర్నిర్మాణ మీ కారణములచేతనే ప్రస్తుతము దేశాభ్యుదయమున కావశ్యకమయి యున్నది. బాల్యమందే గ్రామజీవితమును బాసి నగరముల కరిగి, ఉన్నత విద్యాభ్యాస మొనరించి, బుద్ధివివేకముల సంపాదించిన రైతుబిడ్డలు తమ జన్మస్థానములగు పల్లెలందు వ్యాపించియున్న దురభ్యాసములను సంస్కరించుటకు యథాశక్తి గ్రామ పునర్నిర్మాణ ప్రయత్నమునకుఁ గడంగకుండుట శోచనీయము. యువజను లజ్ఞానముచే గ్రామములం దాచరింపఁబడు యసభ్యచేష్టల యుపద్రవకరమగు స్వభావమునుగూర్చి తమ చదువుసంధ్య లెఱుంగని యమాయికులగు పెద్దలకు బోధించుచున్నచో గ్రామజీవిత మొక విధముగఁ బరిశుద్ధము కాఁగలదు.

పానయోగ్యమగు జలముచేఁ బరిపూర్ణమయి యున్న తటాకమునఁ బశువులఁ గడుగుట, అంటులు శుభ్ర మొనరించుట, స్వేదజలసిక్తములగు దేహములతో స్నాన మొనరించుట, వస్త్రము లుదుకుట, అశుద్ధిగానున్న పదార్థములఁ ద్రొక్కిన కాళ్ళను గడుగుట మొదలగు ననాగరిక చేష్టలచేఁ దటాకజలమంతయు దూషితమయి త్రాగుట కనర్హ మగుచున్నది.

మన దేశమున గ్రామములందుఁ గల తటాకముల కొక వంక మనుష్యులు జలమును గొనిపోవ ఱాతిపలకలతో రేవును నిర్మించుచుందురు. ఆ తటాకములకే మఱియొక పార్శ్వమునఁ బశువులు నీరుత్రాగుటకు నిసుకరేవుల నేర్పఱచుచుందురు. చెఱువులో దిగిన పశువులు జ్ఞానములేని

వగుటచేఁ గడుపునిండ జలమును ద్రావి, మలమూత్రముల నా తటాకమందే విసర్జించుచుండును. మఱియు నవి తమ పెద్దనోటిని దెఱచి నీటినిఁ ద్రాగునపుడు నోటినుండి చొంగను, నాసారంధ్రములనుండి విశేషముగు బొగ్గుపులుసుగాలిని విడుచుచుండఁగలవు.

ఈ కారణములచేఁ దటాకజలము మిక్కిలి కలుషిత మయి పోవుచున్నది. మనుష్యులమగు మనము శుద్ధికిఁ బిదప మన మలమూత్రాదుల స్పృశింప సమ్మతింపఁ జాలము. కాని పశుపక్ష్యాదులు స్పృశ్యాస్పృశ్య పదార్థ జ్ఞానము లేనివగుటచేఁ దాము విడిచియున్న మలమూత్రా దుల పైననే శయనించుచుండును. ఈ కారణముచేఁ బశువులు తమ కాళ్ళతో నెంతయో మురిగిన పేడను, మురికిని దెచ్చి జలపాన మొనరింపఁ దటాకమున దిగినపు డందు విడిచిపోవుచున్నవి. తటాకజలము చెడుట కిదియొక ముఖ్య కారణము.

స్త్రీపురుషు లనేకులు మసివస్త్రమును ధరించి, తటాక జలమందు మునిఁగి యాజలమునే పానకమున కయి కొనిపోవు చుండు దురాచారము మనహిందూసంఘమునఁ గానవచ్చు చున్నది. ఘోషా లేని స్త్రీలు కొందఱు తమ మురికి గుడ్డలఁ దటాకములం దుదుకుచుండుటయు మన మెఱుంగుదుము. విద్యావివేకముల సంపాదించియున్న గ్రామములం దిపుడిపుడే తటాకసంరక్షణమునకు వలయు కట్టుబాట్లు సేయఁబడు చున్నవి.

ఇట్టి సభ్యత గల గ్రామములందును హిందువులు కర్మకాండప్రియులగుటచే మృతకళేబర దహనసంస్కారానంతరము పదుగురేసి పల్లెటూరిపెద్దలే తటాకమున దిగి స్నానమొనరించుచున్నారు. సూర్య చంద్ర గ్రహణములు కలుగునపుడును గ్రామవాసు లెల్లరు వేనవేలుగఁ బోయి యొక్కసారిగఁ దటాకమునఁ బడి స్నానమొనరించుటచే ద్వాదశమాసములు మిక్కిలి శ్రమచేఁ సంరక్షింపఁబడిన తటాకము దూషితమయి పోవుచున్నది. పుణ్యకాలములె, పూతసంస్కారములె హైందవారోగ్య విజ్ఞానము నీచందమున భ్రష్టమొనరించి వేయుచుండుట విచారకరము.

పదునేడవ ప్రకరణము

నీటిబావులు

మనదేశమున నీటిబావులే యసంఖ్యాకములగు జీవరాసుల ప్రాణములఁ గాపాడుచున్నవి. కొన్ని గ్రామములందుఁ దటాకములు లేకుండుటచే గ్రామవాసులకును, వారి పశువులకును కూపములే శరణ్యములగుచున్నవి. తటాకములు గల గ్రామములకంటె నిట్టి గ్రామముల విషయమున విశేషమగు శ్రద్ధను వహింపవలసి యున్నది.

గ్రామవాసు లారోగ్యసూత్రములందు లక్ష్యములేనివారయి యుండుటచే నేఁటి నీటిబావులస్థితి హీనముగనున్నది. బావులచుట్టును దగిన పిట్టగోడలు లేకుండుటచే వర్ష కాలమందు భూమిపైఁ బాఱు మురికినీరంతయు బావులలోనికిఁ బోవుచుండును. గ్రామవాసులు సాంఘికజీవితమందలి సౌఖ్యానుభవము లేనివారగుటచే స్వార్థప్రభావముచేఁ గ్రుంగఁదీయఁబడిన వారలయి బావులను సంస్కరించు విషయమున శ్రద్ధవహింపకున్నారు.

గ్రామవాసులు మురికినీరు త్రాగుటచే వారియందుఁ గలుగు భయంకరవ్యాధులు చెలరేఁగి లెక్కలేనన్ని ప్రాణములఁ దమపొట్టను బెట్టుకొనుచున్నపుడును గ్రామవాసులు పోలేరమ్మ జాతరలఁగూర్చి విచారింతురేకాని గ్రామారోగ్యసూత్రపాలనమును గూర్చి చింతింపకున్నారు. పరిశుభ్రముగఁ దోమియుఁ దోమనట్టి పాత్రముల బావిలో వైచి నీరు

తోడుటచే నందలి జలమంతయుఁ గొలఁదికాలమందే చెడిపోవుచున్నది.

బావియొద్దుననే మంచిచెడ్డ లెఱుంగని పెద్దలెందఱో దంతధావనము, స్నానము సేయుచుండుటచే మురికినీరంతయు నట నిలిచిపోయి భూమిని బ్రుఘళ్ళఁజేసి యట సహింపరాని దుర్గంధమును బుట్టించుచున్నది. కార్యాతురులయి హడావిడిగ వచ్చు కృషీవలులు తమబిందెల నా మురిగిన నేలమీఁదనే యుంచి వానితోడనే బావులనుండి నీరును చేదుచున్నారు. గ్రామమందలి యనేకు లీరీతి నాచరించుచుండుటచే వారిబిందెల యడుగుభాగమునం దంటియుండు మురికియంతయు బావినీటిలోఁ గలిసిపోవుచున్నది.

ఎవరికివారే తమ మురికిబిందెల బావిలోఁ బడ వైచుటచే జలమంతయు శీఘ్రకాలమందే దూషితమయి పోవుచున్నది. ఈవిషయమయి గ్రామస్థులు శ్రద్ధాళురయి వర్తింపవలసి యున్నది. అపుడపుడు బావులందు జరా వ్యాధులచే జలచరములు మరణించి జలమును విషపూరిత మొనరించి వేయుచున్నవి.

రెండుమాసముల కొకతూరి యయిన గ్రామవాసులు వాడుకొను బావుల జలమునంతయుఁ దోడివైచి బావుల యడుగుమట్టమునఁ జేరియుండు మురికినంతయు శుభ్ర మొనరించు టావశ్యకము.

బావులచుట్టును వృక్షము లుండుట శ్రేయస్కరము గాదు. చెట్ల నీడక్రింద నుండు కూపము లందలి జలము

దేహారోగ్యమున కుపకరింపఁజాలదు. జలముపై సదా సూర్యరశ్మి ప్రసరించుచుండుటచే నందలి దుర్గంధమును, బాగ్గుఫులుసుగాలియు నశించిపోఁగలవు. అపుడపుడు పెద్ద గాలిచే వృక్షములయొక్క పండుటాకులు బావియందుఁ బడి క్రుళ్ళి జలమును మలినపఱచుటచే నాజలము విషూచి మొదలగు వ్యాధులకుఁ గారణమగుచున్నది.

గ్రంథములఁ బఠించిన యువజనులీ యారోగ్యమార్గ ముల నన్నింటిని సాంగముగ గ్రహించి వీనిని గుఱించి యుండని గ్రామవాసుల కెల్లరకు బోధ గావించినపుడే విద్యార్థులైనందులకును విద్యాధికులైనందులకును దమవిధిని నిర్వహించిన వారగుదురు.

పదునెనిమిదవ ప్రకరణము

నిర్మల జలపాన ప్రయోజనములు

యువజనులారా! నేనింతవఱకు జలమును బరిశుద్ధముగా నుంచు విషయమునుగూర్చి బోధించి యున్నాఁడను. జలప్రకరణారంభములో జల ప్రయోజనములఁ గొన్నింటిని సయితము వివరించియుంటిని. నిర్మల జలపానముచేఁ గలుగు ప్రయోజనములఁ గొన్నింటి నిట వివరించుట సమంజసముగా నుండునని భావించుచున్నాఁడను. ప్రతి యువకుఁడును జలపానసంభూతములగు మేళ్ళను గుఱించి క్లుప్తముగ నయిన గ్రహించియుండు టగత్యము.

వాయువు లేనపు డీ విశ్వమం దే ప్రాణియు నొకటి రెండు నిముసములకంటె విశేషకాలము భువిపై జీవింపఁ జాలదుకదా! సరిగా నదియేచందమున విశుద్ధజలపాన మంతగా లేనపుడు ప్రాణికోటికిఁ జెందిన మనుష్యులమగు మనమును నొకటి రెండు దినములలో విగతజీవులము కావలసివచ్చును. మనము పిపాసార్తుల మయినపుడు పానమొనరించు జలము శరీరమునఁ బ్రవేశించి యేమేమి పనులు సేయుచున్నదో విచారించినపుడే మనకు జలపానప్రయోజనములు సాకల్యముగ స్పష్టపడఁగలవు.

మన దేహారోగ్యమును సావధాన చిత్తులమయి సంరక్షించుట కనేకవిధములగు ద్రవపదార్థము లావశ్యకములగు

చున్నవి. ఉమ్మినీరు, ఘర్మనీరు, చేదునీరు, తియ్యనీరు దేహమందలి సన్నసరములలోని ద్రవము మొదలగున వన్నియు జలమయములును, జలసంభూతములును నయి యున్నవి. వివిధములగు నీ ద్రవముల యుత్పత్తిస్థితులకు మనము పాన మొనరించు జలమే కారణము. జలపానము నాపివై చినంతనే దేహపోషణమున కావశ్యకములగు నీ ద్రవము లన్నియు శరీరమునం దింకిపోఁగలవు. అపుడు మన దేహమున కెంతయో యపాయము వాటిల్లఁగలదు. శరీర శాస్త్రజ్ఞులు పేయజలమునే రుధిరముగ భావించుట నతిశ యోక్తిగఁ దలంచి యుండలేదు.

మన దేహమందలి రక్తమునందుఁబొడిపదార్థముస్వల్ప ముగను, ద్రవ మధికముగను నుండును. మనము పాత్రలోని జలబిందువులఁ గొన్నింటి భూమిమీఁద విడిచినపు డవి వాయువువలనను, భూమిలో నింకుటవలనను, సూర్యకిరణా కర్షణమునను నదృశ్యము లయిపోవుచున్నవి. మనము మన శరీరమందలి నాలుగైదు రక్తబిందువుల నేలపై విడిచిన నవి జలమువలెనే యదృశ్యము లయిపోవునుగాని యాబిందువులు పడినచోట్ల రక్తములోని పిండిపదార్థము తనయందలి తడి యాఱిపోవ బెరడుగట్టి యుండును.

ఈ రీతిగనే మనము జలపానమును విసర్జించివై చినచో మనశరీరమందలి రక్తమంతయు గడ్డవలెఁ బేరుకొని పోఁగలదు. ఇది యెఱింగియే కరుణామయుండగు జగదీశ్వరుఁడు దప్పి నెపంబున శరీర రక్తవృద్ధికిని, పోషణమునకును, మనకు మంచి సౌకర్యమును గల్పించియున్నాఁడు. మనశరీరమం

దనుక్షణము పుట్టిపెఱుగుచుండు ముఱికినంతయు మనచేఁ బాన మొనరింపఁబడు జలమే మూత్రరూపమున మర్మేంద్రియ ద్వారమున బయటకుఁ ద్రోసివేయుచున్నది.

ముఱికితో నిండియున్న యొక ఱాతిపలకమీఁద వర్షజలము పడుచుండినయెడల నాముఱికి యచట నిలువ నేర్చునా ! అదియే విధముగ మన మారగించు పదార్థముల యొక్క సారము శరీరరక్తమునఁ గొంత కలిసిపోవ శేషించిన యాహారముయొక్క మలము మన పెద్దనరమునందుండి పోవుచున్నది. గొంతు త్రోవినుండి క్రిందికిఁ బోవుజలము పొట్టలోని కరిగి యటనుండి కొంతభాగము రక్తనాళము లన్నింట నెమ్మదిగాఁ బ్రవేశింపఁగలదు.

రక్తములోఁ జేరగా మిగిలిన జలముయొక్క విశేష భాగము, మన మారగించిన భోజనము వివిధద్రవరూపమయి, రక్తముగఁ బరిణమించి గుండెకాయలోనికి బోయి చేరి, యటనుండి శరీరమునం దంతట వ్యాపించియున్న సూక్ష్మములును, సూక్ష్మాతిసూక్ష్మములును నగు నరముల నన్నింటఁ బ్రవేశించుచున్నది. ఇట్లు రక్తముగా మాఱగా శేషించి యున్న భోజనముయొక్క పిప్పి మలరూపమును ధరించి, చిన్నప్రేగులయందుండ మనము త్రాగు జల మద్దానితోఁ గూడి మలకోశములోనికిఁ బ్రవహించి యాసనద్వారమున బహిర్గత మగుచున్నది.

కంఠనాళమునుండి యుదరములోనికిఁ బ్రవేశించు జల మంజలి విశేషభాగము శరీరమందంతట వ్యాపించియుండు ముఱికిని, విషపదార్థములను దనతోఁ గలుపుకొని మూత్ర

రూపమున బయల్వెడలుచుండు నని వచించియుంటిని. మనము త్రాగు జలము దేహశుద్ధి కెంత ప్రయోజనకరమో మూత్రమును బరీక్షించుటచే స్పష్టపడఁగలదు.

పేయజలముయొక్క వర్ణ మిట్టి దని నిర్ణయింప వలనుపడదు. అం దేవిధమయినట్టి దుర్గంధ ముండఁజాలదు. తూచిన యెడల నంతబరువుగా నయిత ముండ నేరదు. కారణ మేమన దానియం దే విధమయినట్టి మురికియు నుండదు. మూత్రజల మట్లుగాక వివిధ వర్ణములచేఁ జెన్నొందుచుండును. ఒక విధమగు దుర్గంధ మద్దాని నుండి వెలువడుచుండును. జలముకంటెఁదూచిన బరువుగానుండును. మనము త్రాగియున్న జల మీరీతి నూతన లక్షణములఁ బడ యుటకుఁ గారణము శరీరమందలి దుష్పదార్థము లన్నియు మిళితములయి యుండుటయె.

జలపానమువలననే మన యీ శరీరము సుస్నిగ్ధ మయి, కోమలమయి యుండఁగలుగుచున్నది. జలపూరి తములగు పచ్చి దోసకాయల మనము తీసికొనివచ్చి యెండలోఁ బడవైచిన వానియందలి నీరంతయు నదృశ్య మయి పోఁగలదు. అపుడు దోసకాయ నిజాకృతిని గలిగి యున్నను నిర్జలమయి వరుగుగా నేర్పడిపోవుచున్నది. ఇదియేచందమునఁ గావలసినంత జలమును మనము మన శరీరమున కొసంగకుందుమేని నవియు రక్తశూన్యములై ద్రవశూన్యములయి వరుగువలెనే వాడుబాఱి పోఁగలవు.

వలసినంత జలమును సక్రమముగాఁ బానముసేయు చుండువారికి మలబద్ధాదిరోగములు సంభవింపనేరవు. మనము

పానమొనరించు నీటియొక్క ప్రతిగ్రుక్కను నోటియందు కొంచెముసేపు నిలువయుంచి యుమ్మితోఁ గలిపి మ్రింగు టుచితము. ఆరోగ్యశాస్త్రజ్ఞులు దేహపోషణమునకు రెండు వంతులు జలమును, ఒకవంతు యాహారమును, మఱియొక వంతు గాలియు నావశ్యకములని వచించుచున్నారు. ఏది ఎటులున్నను దేహశుద్ధికిని, పోషణమునకును దగినంత జల పాన మావశ్యకము.

పంచాశీతితమ ప్రకరణము

ఆహారము



మానవ దేహపోషణమున కవసరములగు పదార్థములలో నాహారము తృతీయస్థానమలంకరించుచున్నది. మానవుఁడాహారశూన్యుఁడయినంతనే నాలుగైదు దినములలో స్మృతి హీనుఁడయి పడియుండి పిదప పక్షదినములలోఁగా మృతిఁ జెందుచున్నాఁడు.

ఈ దృశ్యమగు విశ్వమందలి సమస్త జీవరాసుల పోషణమున కాహారమే ముఖ్యాధారమయి యున్నది. ఆహారమును విసర్జించినంతనే చేతనపదార్థము సయితము చైతన్యమును దక్కి జడపదార్థముకంటె హీనమయి పోవుచున్నది. మనుష్యులవలెనే పశుపక్ష్యాదులేగాక వృక్షాదులును భోజనాధారంబుననే జీవించుచున్నటులఁ బ్రకృతిశాస్త్రజ్ఞులు నిర్ణయించుచున్నారు. సమగ్రజీవసృష్టి యాహారమునుండియే సర్వేశ్వరుని మహిమ నూఁతగాఁగొని యావిర్భూతమయి యున్నది.

మానవుఁ డారగించు భోజనముయొక్క సారము రసముగను, రసము రక్తముగను, రక్తము మాంసముగను, మాంసము క్రొవ్వుగను, క్రొవ్వు అస్థులుగనుఅస్థులనుండి మజ్జ (మూలిగ)యు, మజ్జనుండి వీర్యము పుట్టుచున్నది. ఈవీర్యమేపిండోత్పత్తికి మూలము. పిండమే దేహనిర్మాణమునకుఁ గారణము.

శరీర సంరక్షణమునకుఁ బరమావశ్యక మయియున్న యాహారమునుగూర్చి యువజనులు విపులముగా నెఱింగి యుండు టావశ్యకము. దేహమే మోక్షమునకు సాధనమయి యుండ దానిని నిరాహారము గావించి, శుష్కింపఁ జేసి తన్మూలమునఁ గామక్రోధాదుల యుద్రేకము నణఁచి మోక్షము నందఁజూచు మూఢయోగు లెంతటి వెఱ్ఱివారు! జ్ఞానికేమి, అజ్ఞానికేమి, పండితునకేమి, పామరునకేమి—వీనికి వాని కను భేదములేక సకలజనుల కాహార మావశ్యకమయి యున్నది. శరీరమునకు భోజన మెంత యవసరమో యీ దిగువ వ్రాయ బడు దృష్టాంతపూర్వకములగు వృత్తాంతములఁ బఠించుటచే యువకులకుఁ దెల్లము కాఁగలదు.

ఇరువదవ ప్రకరణము

దేహ మొక యంత్రము

శరీరము నారోగ్యవంతముగ నుంచఁ గోరువారు తొలుత దాని నిర్మాణమునుగూర్చి బాగుగా విచారించ వలసియుండును. ఒక పదార్థముయొక్క ప్రయోజనముచే సౌఖ్యానందముల ననుభవింప నభిలషించు వ్యక్తి ప్రథమ మద్దాని తత్వమునుగూర్చియు, నిర్మాణమును గుఱించియు సూక్ష్మముగఁ బరిశోధింపనిచో సఫలమనోరథుఁడు కానేరఁడు. వస్తుతత్వపరిశీలనానంతరమే తద్వస్తు ప్రయోజనా ప్రయోజనములను గుఱించి మానవుఁ డిదమిత్థమని నిర్ణయింపఁ గలుగుచున్నాఁడు. నేఁటి ప్రపంచముయొక్క స్వభావ మతివిలక్షణముగ నున్నది. మేధావంతు లనఁబడు మానవులు ప్రాయికముగా దూరదృష్టిలేనివారలయి పదార్థ మెట్టిదా యని విచారింపకయే యుపయోగపఱచుకొని యందుచే నేవిధమగు సౌఖ్యమును బడయలేకపోవుటయే కాక విపద్గ్రస్తులు కావలసి వచ్చుచున్నారు. శరీరవిషయమున నయితము మానవులు లక్ష్యములేనివారయి, అజ్ఞానమునకు వశులయి భయంకర వ్యాధుల తీవ్రకోపమునకు గుఱియగుచున్నారు.

యంత్రనిర్మాణమున కాదర్శప్రాయమగు నీవర్తమాన యుగమందును మనుజుఁడు తాను నిర్మించు స్థూల యంత్ర విలక్షణతనుగూర్చి విస్మయ మొందుచున్నాఁడే గాని, దానికంటె సహస్రగుణాధికములఁ బ్రశస్తముగ

దేవదేవునిచే నిర్మింపఁబడిన తన శరీరయంత్రమునుగూర్చి సుంతయు నబ్బురపడకుండు టారయ మిక్కిలి వింత యగుచున్నయది. చెడిపోవుచున్న జడయంత్రముల సంస్కరించుట కెంతయో కృషిసలుప యత్నించుచున్నాఁడే కాని యతినిగూఢమగు దేహయంత్రమందలి చిత్రాతి చిత్రములను, మర్మములను బరిశోధింపకయే దాని నొక బండ పదార్థమువలె యథేచ్ఛగా వాడుకొనుచు రోగముల కధీనుఁడగుచున్నాఁడు.

మన శరీర మొక పొగబండియొక్క యింజనును బోలియున్నది. పొగబండిని ప్రతి మనుజుఁడు నడపఁజాలఁడు. యంత్రసంబంధమగు శాస్త్రజ్ఞానమును సంపాదించి, తద్విషయానుభవమును బడసియున్న వ్యక్తియే రైలుబండిని నడపఁ గలుగుచున్నాఁడు. వాఁడు ఇంజనుయొక్క ప్రతి యంగమును దాని ప్రయోజనమును, నిర్మాణమును, చెడినచో బాగుపఱచు పద్ధతిని బాగుగ గుర్తెఱింగియుండును.

ఏమియు నెఱుంగని యొకబాలుని పొగబండి నడుపుట యందు నియోగించినచో వాఁ డా బండియొక్క యంత్రమును భగ్న మొనరించుటయేకాక బండియందున్న ప్రయాణీకుల కెల్లరకు ముప్పును గలిగించి తానుసయితము విపద్గ్రస్తు డగుననుట ప్రతిమూఢుఁ డెఱింగిన విషయమే. యంత్రమును నడుపుటకు ముందు దాని కాహారము నొసంగ వలసియుండును. అయ్యది కడు సూక్ష్మమగు విజ్ఞాన ప్రభావముచే నిర్మింపఁబడినదయి యున్నను భోజనశూన్య మయినపుడు జడపదార్థమువలెనే నిష్ప్రయోజన మగుచున్నది.

యంత్రమున కాహారము బొగ్గు, నీరు, అగ్ని, చమురు మొదలగు పదార్థములు. అనుదినము యంత్రమునకు బొగ్గు, అగ్ని మున్నగు వాని నొసంగుచుండినఁగాని యది పని సేయఁజాలదు. పని సేయుచున్న కొలఁదియు నిత్యము యంత్రముయొక్క సామానులన్నియు నఱిగిపోవుచుండఁ గలవు. చమురు మొదలగు పదార్థముల నొసంగుటచే యంత్ర మఱిగిపోవక యథాప్రకారము పనిసేయుచుండఁ గలదు.

మనుష్యదేహము సయిత మిట్టియంత్రమె. ఈ యంత్రమునకును సదా కార్యభార ముండుటచే దీని యంగప్రత్యంగములు క్రమముగా నఱిగిపోవుచుండుట తటస్థించుచున్నది. అట్లఱిగి పోవుచుండు దేహముయొక్క యవయవములఁ దిరిగి పుష్టికరములుగను, శక్తివంతములుగను జేయుట కాహార మావశ్యక మయియున్నది.

ఆహారమే యొసంగనిచో మన దేహయంత్రముయొక్క పరికరములన్నియు నచిరకాలమందే యఱిగి విఱిగిపోవ శరీరయంత్రము శతథా భిన్నమయి పోఁగలదు. ఈ దేహయంత్రము లోహయంత్రమువలె రాత్రులందుఁగాని మఱియెప్పుడుగాని నిరుద్యోగముగ నుండఁజాలదు. సదా యుద్యోగమం దుండుటయే దీనిధర్మము.

లోహయంత్రమును గాంచి యక్కజపడు మనము సర్వశక్తి సంపన్నుఁ డగు నా సర్వేశ్వరునిచే రచింపఁబడిన మానవ దేహయంత్రమునుగూర్చి విచారింపఁ గడంగినచో ననేకములగు విచిత్రరహస్యముల గ్రహింప సమర్థుల మయ్యె

దము. అతిపవిత్రమును, మహాద్భుతమును నగు శరీర యంత్ర మహిమనువిస్మరించి విద్యాలయములందలి యుపాధ్యాయులు నిష్ప్రయోజనములగు వివిధవిషయములఁగూర్చి విద్యార్థులకు బోధించుచుండు టెంతయుఁ జింత్యము. ఏ యే ప్రక్రియల నవలంబించుటచే మన దేహయంత్రము సక్రమముగాఁ బని సేయుచుండఁగలదో, మఱి యేయే క్రియలచే యంత్రము భ్రష్టమగుచుండునో విచారింపవలసియున్నది. ఈ యంత్రమునకును, ఆహారమునకును, ఆరోగ్యమునకును నవినాభావ సంబంధ ముండుటచే నీ విషయములను గూర్చి విస్తరించి వ్రాయుట లేఖకునకును, విస్తారముగాఁ దెలియుట పాఠకునకును విధియయి యున్నది.

మన శరీర యంత్రమున జఠర మను నవయవము స్వాస్థ్య సందర్భమునఁ బ్రాముఖ్యమును వహించుచున్నది. సమగ్ర దేహముయొక్క యంగప్రత్యంగము లీ జఠరానుగ్రహముననే పోషింపఁబడుచున్నవి. ఉదరము సక్రమముగాఁ దన విధుల నిర్వర్తించుకొనుచున్నంతవఱకు మన దేహము స్వస్థమయి, సుదృఢమయి, బలాఢ్యమయి, సౌఖ్యముల కాకరమయి వెలయుచుండఁగలదు. ఏదేని కారణముచే జఠరము తన ధర్మమును విడనాడిన దేహమంతయు దీని భయంకర పరిణామమునకు గుఱి కావలసివచ్చును.

కుటుంబపోషకుఁ డేదేని వ్యాధిచేఁ బీడితుఁ డయి ధనసంపాదనమునుండి వంచితుఁడయిన వాని యాధీనమునం దుండి స్వతంత్రశక్తిశూన్యులగు కుటుంబసభ్యు లెల్లరు నిరాహారులయి శుష్కించి మరణింపవలసివచ్చును. ఇదియేవిధ

ముగ జఠరము దుస్థితికిఁ బాల్పడినచో శరీరావయవము లన్నియుఁ దమతమ విధులను నిర్వహింపఁజాలక యాఁకటి చిచ్చునఁ బడి బుగ్గియగును.

మన మనుదిన మారగించు భోజనమునుండి పరిశుద్ధమగు రక్తమును సిద్ధమొనరించి శరీరావయవముల నన్నిటినిఁ బోషించుచుండుట జఠరముయొక్క ముఖ్య కర్తవ్యము. జఠరము తనదగు నీ విధిని నెఱవేర్పఁజాల నపుడు రక్తము శరీరమం దుత్పత్తి కానేరదు. రక్తము లేక యంగములన్నియు దుర్బలములయి, యనుదినము వికాసమునుఁ బాయుచుండఁగలవు. అట్టి హీనదశను శరీరమొకింతకాల మనుభవించునేని మన జీవితనాటక మంతమయి పోఁగలదు. జఠర మేపద్ధతి నవలంబించుటచే భద్రస్థితియం దుండునదియు, ఏ విధానము ననుసరించుటచే దుర్దశ ననుభవించుచుండునదియు విచారించుటయే మన ప్రస్తుతధర్మము. యువకులారా! ఆహారముయొక్క ముఖ్య ప్రయోజనమున కాధారభూతమగు జీర్ణశక్తిని గూర్చి విచారింతము రండు.

ఇరువది యొకటవ ప్రకరణము

చర్వణము - ద్రావణము

++++++++++++

"It is not what we eat, but what digest, that makes us fat, digests he who chews."

—Fuller.

" మనము బలాఢ్యుల మగుటకు మన మారగించు నది కారణము కాఁజాలదు. మనము జీర్ణింపఁ జేసికొనినదే మన బలమునకుఁ గారణము. చర్వణ మొనరించు వ్యక్తియే జీర్ణింపఁజేసికొనఁగలఁడు" —ఫుల్లరు.

చర్వణమనఁగా నమలుట, ద్రావణమనఁగా ద్రవకరణము లేక రస మొనరించుట యని తాత్పర్యము. మనము భుజించునట్టి యాహార మేవిధముగ శరీరమునఁ బ్రవేశించి ద్రవ రస రక్తాది పదార్థములుగఁ బరివర్తన మగుచున్నదియు విచారింతము.

జీర్ణశక్తి సంబంధమగు జ్ఞానములేని వ్యక్తి యారోగ్య నియమపాలనమం దసమర్థుఁడయి భయంకర వ్యాధులకు గుఱియగుట తటస్థింపఁగలదు. కావునఁ బ్రతి మనుష్యుఁడు తన యిహపరధర్మములలోని కెల్ల జఠరమును గూర్చియు, అద్దాని యితరాంగములను గూర్చియు, జీర్ణక్రియను గూర్చియు బాగుగా గ్రహించుటయే ప్రథమధర్మమయి యున్నది.

మనము నిత్య మారగించునట్టి యాహారము కంఠనాళములోనుండి యుదరమునఁ జేరుచున్నది. మన మెన్నివిధములగు నాహార పదార్థముల భుజించుచున్నను నవియెల్ల జీర్ణ ప్రక్రియకు వశమయి రెండువిధములగు పదార్థములుగ బరివర్తన మగుచున్నవి. ఒక పదార్థమునకు రసమని పేరు. మఱొక్కటి మలమని వచింపఁబడుచున్నది. ఈ రెండు పదార్థములలో శరీరపోషణమునకు రస మను పదార్థమే ముఖ్యమయినది.

ఈ రసమునుండియే రక్త మేర్పడుచున్నది. మన శరీరముయొక్క సమస్తావయవములు నిత్యము పనిచేయుచుండుటవలన నఱిగిపోవుచుండును. శరీరము జాగ్రత్స్వప్న సుషుప్త్యవస్థల యందును విశ్రాంతిగా నుండఁజాలదు. ఆఘ్రాణించుట, విలోకించుట, నడచుట, భాషించుట మొదలగు కర్మేంద్రియముల యొక్కయు, జ్ఞానేంద్రియముల యొక్కయు వివిధములగు కార్యములచే ననుక్షణము శరీరము యొక్క శక్తి, బలము, వీర్యము, తేజము వ్యయమగుచుండును.

నిత్యము వ్యయమయిపోవుచున్న యమూల్యములగు నీ పదార్థములఁ బోషించునిమిత్తము భోజనముచేఁ గలుగుచున్న రసము రక్తము నుత్పత్తి జేయుచున్నది. శరీరము యొక్క యీ క్రియ లన్నియు స్వభావ సిద్ధములును, సూక్ష్మములును నయి యుండుటచే మన మవ్వానిని గనిపెట్టలేకయున్నారము. క్షయవ్యాధి పీడితుల శరీరమందు భోజనము జీర్ణించి రసముగా నేర్పడకుండుటచే రుధిరము

లోపించిపోయి దౌర్బల్య మేర్పడి వారల నకాల మృత్యు ముఖమునఁ బడఁద్రోయుచున్నది.

జఠరమందు సిద్ధ మొనరింపఁ బడుచున్న యీ రస మెంతయుఁ బ్రయోజనకరమయినది. రెండవ పదార్థమగు మలము శరీర పోషణమున కనావశ్యకమయినది. ఇయ్యది రసపదార్థమువలె ద్రవముగ స్రవింపఁజాలదు. ఇది యొక మిక్కిలి కఠినపదార్థమును గాక కేవల ద్రవపదార్థమునుగాక, నీరు మన్ను కలియగా నేర్పడినట్టి యడుసువలె నుండును.

మన మనుదిన మారగించు భోజనము కొంత రసముగా మాఱి శేషించిన భోజనము మలరూపమును ధరించి మన యాసనపుగొట్టమునుండి బయల్వెడలిపోవు చున్నది. మనుజుడు భక్షించు భోజనము శరీరపోషణమున కుపయోగకరమగు రసముగను, దేహభరణమునకు నిరుప యోగమగు మలముగను యుక్తరీతిగ నేర్పడు రీతికే జీర్ణ ప్రక్రియ యని నుడువుచున్నారము. పచనక్రియ యన నెట్టిదో మీ కిప్పు డొకింత బోధపడి యుండవచ్చును.

అనేకులగు మనుష్యు లాహారమును వెక్కసముగా భుజింప నది వారిజఠరమందు నిలువనేరక తత్క్షణము విరేచనరూపమునఁ బూర్ణముగా వ్యర్థమగుచున్నది. అట్టి మనుష్యులయొక్క జఠరము పూర్తిగాఁ జెడిపోయినదనియే మనము గ్రహింప వలసియున్నది. వారి జఠరమునఁ బ్రవేశించు భోజనమునుండి యేవిధమగు రసము సిద్ధముకానేరదు. మనయం దనేకుల పచన క్రియాశక్తి కడు దుర్బలముగా నుండుటచే భోజనమందలి

విశేష భాగమంతయు భుజించినది భుజించినట్లుగనే మలరూప మున వెడలిపోవుచున్నది.

అట్టి మనుష్యులు నిత్యము నూతన రక్తమును బడయఁజాలక యనుదినము దుర్బలులయి స్వల్పకాలము నందే విగతజీవులు కావలసివచ్చుచున్నారు. మఱికొందఱు మనుష్యులయొక్క జఠరము రసమును సిద్ధమొనరింపఁగలుగు చున్నదికాని మలమును సిద్ధమొనరింపఁజాలకున్నది. అందు వలన సరియగు రూపము నందఁజాలని మలమంతయుఁ బూర్తిగ నాసనమునుండి బయటకు వెడలిపోవక జఠరము నందే కొంతభాగము నిలిచిపోవుచున్నది. అట్టి మనుష్యులకు శీఘ్రకాలమందే మలబద్ధక మను వ్యాధి కలుగుట తటస్థించు చున్నది.

ఈ వ్యాధి నాధారముగఁ జేసికొనియే మూలశంక, ఆసనమునందు వ్రణముపుట్టుట మున్నగు భయంకరరోగములు కలిగి ప్రాణహానికరము లగుచున్నవి. సక్రమమగు మలవిసర్జన మున్నచో సంపూర్ణారోగ్యము సిద్ధించు ననుటయం దాశ్చర్య ములేదు. అపూర్ణమగు మలపరిత్యాగము భయంకర వ్యాధు లకు మూలము.

ఈ కారణముచే మన మారగించు భోజనము సంపూర్ణ ముగా జీర్ణము కాకపోవుటవలన రసము, మలము యథోచిత ముగా సిద్ధ మొనరింపఁబడకుండుటయు, శరీరపోషణమున కావశ్యకమగు రక్తము పరిశుద్ధముగా నుండకుండుటయు, ననేకములగు వ్యాధులు కలుగుచుండుటకుఁ గారణము లగు చున్నవి. సకలరోగనివారణమునకు జీర్ణశక్తియే ముఖ్యమని

గ్రహించిన మీరు దానినిఁ బడయు టెట్లాయను నాతురతను వహించియుందురు. కావున నారహస్యమును సయితము మాలింపుఁడు.

పచనక్రియకు విశేషముగాఁ దోడ్పడుచుండు రెండు ముఖ్యసాధనములు గలవు. అందొకటి చర్వణము, మఱొకటి ద్రావణమని వచింపఁబడుచున్నవి. మనము నోటియందు వేసికొను ప్రతి కబళమును బాగుగా దంతములతో నమలి పిండిఁ జేయుటకే చర్వణ మనిపేరు.

అట్లు సున్నిగా నమలఁ బడిన భోజనపదార్థముతో నోటియం దనుక్షణ మూరుచుండు చొంగ, ఉమ్మి మొదలగు ద్రవపదార్థములు మిశ్రమ మొనరింపఁ బడుటకే ద్రావణమని పేరు.

ఈ చొంగ చాల ప్రయోజనకరమయినది. ఇదియే జీర్ణశక్తిని బెంపొందించునది. మనుష్యు లనేకు లీయుమ్మి యను మహాపదార్థమును విలువలేనిదానిగా భావించి నిరంతరము దుర్వినియోగ పఱుచుచుందురు. అట్లాచరించుట మిక్కిలి యపాయకరము. ఈవిలువఁ గల ద్రవము నాలుకకు దిగువభాగమం దుండు సూక్ష్మములగు నాఱు మాంసగ్రంథులనుండియు, కణతల క్రింది భాగమునుండియు సదా నోటియం దూరుచుండును. ఈ ద్రవపదార్థ మెప్పుడు మన నోటియం దూరుట యాగిపోవునో నాలుక యప్పుడు తడియారి, మెలిదిరిగిపోవ మనము తత్క్షణము మరణింతుము. మనము పరీక్షగాఁ జూచినయెడల నోటియం దెప్పుడును

ద్రవమూరుచు గొంతుక్రోవిలోనుండి జీర్ణాశయములోనికిఁ బోవుచుండుటను మన మవలోకింపఁ గలము.

జనసామాన్యమునం దనేకులు చర్వణ ద్రావణముల ప్రభావ మెట్టిదో యెఱుంగకున్నారు. ప్రతి మనుష్యుఁడును నన్నపు పిడుచను నోటియందు వైచికొనినంతనే దంతములతో మెత్తగా నమలకయే మ్రింగివేయుచుండు దురభ్యాసమునకు వశుఁడయియున్నాఁడు. అన్నము, పప్పు మొదలగు మెత్తగా వండఁబడిన పదార్థములనుగూర్చి విచారింపవలసిన పనియే లేదు. అట్టివానిని నోటిలో వేసికొనుటయే తడవుగా మనవా రొక్కసారిగనే ముద్దలుముద్దలుగనే జఠరమునఁ బ్రవే శింపఁ జేయుచున్నారు.

మొక్కజొన్నలు, సెనగలు, మినుములు మున్నగు కఠినపదార్థములను సయితము చర్వణక్రియ నిమిత్తమే దేవు నిచే బ్రసాదింపఁ బడిన దంతములతోఁ జూర్ణమొనరింపకయే కబళించివేయుటచే జీర్ణకోశమున కెంతటి హాని కలుగుచున్న దియు మనవా రూహింపఁ జాలకున్నారు. నేఁ డెంత త్వరగ భుజించిన నంత నుంచిదని తలంచువారి సంఖ్యయే యధిక ముగఁ గానవచ్చుచున్నయది.

అన్నము మొదలగు మెత్తనియాహారమును గొంత తడవు నోటియందుంచి యుమ్మితో బాగుగాఁ గలిపి మ్రింగు పద్ధతి యనేకులకు రుచింపకున్నది. ఇట్టివారు భుజించునట్టి యాహారమంతయు జఠరమునఁ బ్రవేశించుటయే తడవుగా

మలకోశమునుండి బయటకు వెడలిపోవుచున్నది. వా రాహారమును భుజించునపుడు దంతముల నంతగా నుపయోగింపకుండుటచే వారిమలమందు వారు భుజించియున్న యాహారమందలి గింజలు గింజలుగను, శాకాదుల ముక్కలు ముక్కలుగను గోచరింపఁగలవు.

నమలకుండుటవలననే యాహారము జీర్ణించక యారీతి మలముగ బహిర్గతమయిపోవుట తటస్థించుచున్నది. జఠరమును, జఠరమందలి ప్రేగులును మిక్కిలి కోమలములయి యుండుటచే నమలకయే మనము మింగు ఘనపదార్థములను జీర్ణ మొనరించుకొనలేక భరింపఁజాలకున్నవి. దంతములనంటి వజ్రసమానములగు కఠినసాధనములచేఁ బిండిగాఁ జేయఁబడవలసిన భోజనపదార్థ మేరీతి మృదులమగు మాంసముచే నిర్మింపఁబడిన జఠరముచే జీర్ణింపఁ జేసికొనఁ బడఁగలదో మీారలే స్వయముగ నూహించుకొనుఁడు.

పాలపండ్లను గలిగియుండు పసివానినోటిలోఁ బాలు వోసిన వాఁడు త్రావఁగలఁడు. లేదా ద్రవ మొనరింపఁబడిన మెత్తని యన్నపుగుజ్జు నొసంగినను జప్పరించి, కబళించి, జీర్ణింపఁ జేసికొనఁగలఁ డని భావింపవచ్చును. కాని యట్టి శిశువునోటనే సెనగలవంటి పుష్టికరమగు నాహారమును వైచినచో వాఁ డవశ్యము మరణించుటలో సంశయము లేదు. ఆ పసిపాపని జీర్ణకోశము మిక్కిలి లేఁతగానుండుటచేఁ

గఠినపదార్థమును జీర్ణింపఁ జేసికొనలేక యుదరశూలచే బాధ పడఁగలఁడు.

కావున దంతములవంటి లోహ పదార్థములచే సున్నిగాఁ జేయఁబడవలసిన యాహారమును బిండిసేయు బాధ్యతను మృదులమగు జఠరముపై నిడుటచే నది త్వరలోఁ జెడిపోయి మనుష్యున కపాయము గలుగఁజేయు చున్నది.

స్వర్గవాసియగు డబ్ల్యు. ఇ. గ్లాడ్‌స్టను మహాశయుని కంటె నారోగ్యవంతుఁడును, బలాఢ్యుఁడును, సౌఖ్యవంతుఁడును నగు మనుష్యుఁడు మఱొక్కఁడుండునా యను సందేహ మతని జీవిత చారిత్రమును బఠించునపుడు ప్రతి వ్యక్తికి నుదయింపఁగలదు. ఆ మహాశయుఁ డాంగ్ల సామ్రాజ్యమువంటి విశాలరాజ్యమునకు మంత్రిసత్తముఁడయి యుండియు, అసంఖ్యాకములగు నితరబాధ్యతల వహించి యుండియు సక్రమముగా దేహారోగ్య నిబంధనల బాలించుటయం దత్యంతమగు శ్రద్ధను గలిగియుండెను. అతని చరిత్రకారుఁడు గ్లాడ్‌స్టను మహాశయునిగూర్చి జీవిత చారిత్రమునం దిట్లు వ్రాసియున్నాఁడు.

"It is said that his health, long life and capacity for industry, were owing to the fact that he counted his

bites when he ate his foodgn other words he used his teeth well at meals and ate slowly, chewing his food with great care."

"ఆతని దేహారోగ్యము, దీర్ఘాయువు, శ్రమసహన శక్తి యతఁడు భుజించునపుడు తా నెన్నిసార్లు నమలు చుండినదియు లెక్కించుచుండుటవలననే లభ్యమయినవి. ప్రతి కబళము నెన్నిపర్యాయములు నమలుచున్నదియు లెక్కించుచుండు నంతటి శ్రద్ధయే యతని దేహారోగ్యాభి వృద్ధికి మూలకారణ మయ్యెనని తాత్పర్యము."

జఠరము భోజనమునుండి సిద్ధమగు రసమును జీర్ణింపఁ జేసికొనుటకయి పరమేశ్వరునిచే నిర్మింపఁబడిన యవయవమే కాని నమలుట కేర్పడిన యంగముకాదని యెంతటి మూఢుఁ డయిన గ్రహింపవచ్చును. దంతములయొక్క నిర్మాణోద్దేశ్య మును గ్రహించి ప్రతిమనుష్యుఁడు తాను నోట వేసికొను ప్రతి కబళమును సున్నిగా నమలి యుమ్మితోఁ గలియనిచ్చి పిమ్మటనే మ్రింగుట శ్రేయస్కరమని తెలియఁదగును.

భుజించునపు డీరీతి ననుదిన మాచరించు వాని కేవిధమగునట్టి యజీర్ణరోగమును, మలబద్ధకమును, మఱి యే యితరములగు వ్యాధులును సామాన్యముగా సంభవింప నేరవు. నేఁటి వఱకు ప్రపంచమందు దీర్ఘాయుష్మంతులై, స్వాస్థ్యసౌఖ్యానంద భోగులయి జీవించియుండునట్టియు, జీవించుచున్నట్టియు మనుష్యులనుగూర్చి మనము విచా

రింతుమేని వారు తమ యాహారమును బాగుగా నమలి, ఉమ్మితోఁ గలిపి ద్రవమొనర్చి జఠరమునకుఁ బంపుచుండు వారని స్పష్టపడఁగలదు.

కీర్తిశేషులును, ఇంగ్లాండు దేశమునకుఁ బ్రధాన సచివులును నగు గ్లాడస్టను దొరగారు తన శతవత్సరముల జీవిత కాలమును నత్యంత సుఖపూర్వకముగ నేవిధమగు వ్యాధియు, వ్యధయు లేక గడపియుండిరి. అతఁడు నోటఁబెట్టిన ప్రతి కబళమును నితరకార్య బాధ్యతలకు భయపడి నలుబది పర్యాయములు నమలుటయందు లోపమును గలుగనిచ్చెడి వాఁడు కాఁడు. ఒక్కొక్కతూరి విశేషమగు వ్యవధి యున్నపుడు ముద్దను నలుబదిసార్లకంటె నెక్కువగ నమలుట యం దతని కమృతపానసౌఖ్యము కలుగుచుండెడిది. ఆతఁ డేయాహారమును భుజించినను నదియంతయు నతని నోటి యందే రసముగఁ బరివర్తనమయి జఠరమునఁ బ్రవేశించు టయే తడవుగా రక్తముగ మాఱుచుండెడిది. అందువలననే గ్లాడస్టను మిక్కిలి బలాఢ్యుఁడయి, సుందరగాత్రుఁడయి, స్వస్థదేహుఁడయి దీర్ఘమగు తన యావజ్జీవితమును బ్రశాంత స్థితియందుఁ గడపివైచెను.

ఈకాలపు మనుష్యు లేఁబదివత్సరముల ప్రాయము నకుఁ దొలుతనే సదా వ్యాధిపీడితులగుచు దుఃఖవారిధి నీదులాడుచు నేఁబదియవ వత్సరప్రాయము సంప్రాప్తమయి

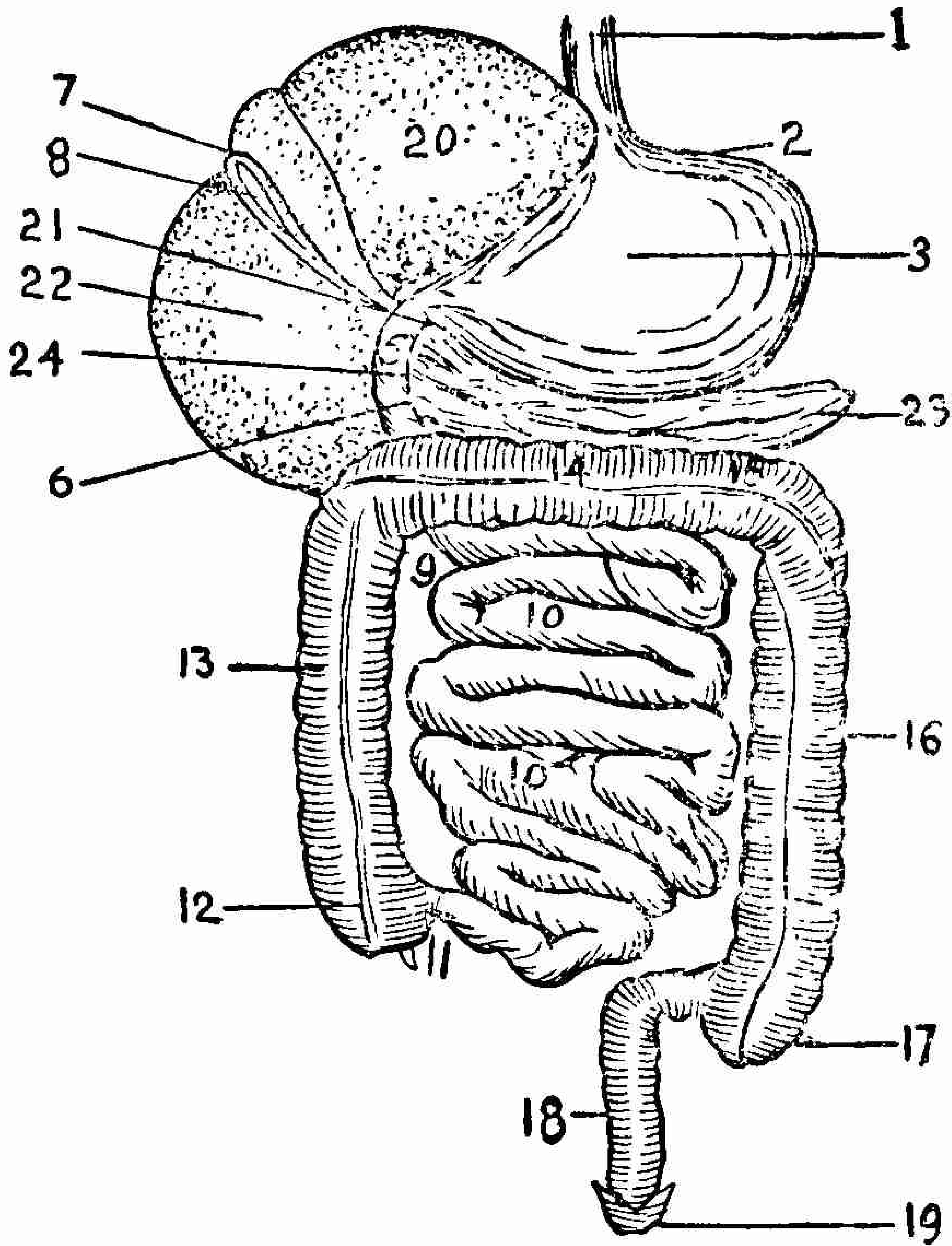
నంతనే వింటిబద్దవలె వంగిపోయిన నడుము కలవారలయి, ప్రకాశశూన్యములగు నేత్రములచే నంధులో యనునట్లుండి, ముడుతలువడిన ముడుగుచర్మమును గలిగియుండి రోగశయ్య పైఁబడియుండి మూల్గుచున్నారు. నేఁటి యేఁబదివత్సరముల ప్రాయముగల వ్యక్తి శతవృద్ధుఁడగు గ్లాడ్‌స్టనుకంటె హీనస్థితి యందున్నాఁడని నుడువవలసినందులకు విచారమగుచున్నది.

గ్లాడ్‌స్టను తన మరణపర్యంతము శక్తిసంపన్నమగు జఠరమునే గలిగియుండెను. ఆతని మృత్యువునకు ముందు గొన్నిదినముల వఱకు శరీరము సుదృఢముగను, సౌష్ఠవము గను, సుందరముగను, సుస్నిగ్ధముగను నుండెను. ఆతని కటిసీమ యవసానకాలమందును యౌవనుని మధ్యమువలెనే దృఢమయి తిన్నగా నుండెను. ఆ భాగ్యశాలి యనుదినము తన మరణకాలము సమీపించిన దినములందుసయితము మరణ్యా మునకుఁ బోయి కట్టెలఁ గొట్టితెచ్చుచుండెడివాఁడు.

ఆతని సౌఖ్యవంతమగు స్వస్థజీవితసూత్రము భోజన మును మెత్తగా నమలుట, నమలిన పదార్థమును నోటియం దూరిన ద్రవముతోఁ గలిపి మ్రింగుట యను నీ రెండు కార్య ములమీఁదనే యాధారపడి యుండెను.

యువకులారా! మానవజీవితాభ్యుదయమునకు, సుంద రారోగ్యప్రాప్తికిఁ జర్వణద్రావణము లను ప్రక్రియ లెంత యావశ్యకములో చక్కగా గ్రహించి ప్రతిఖాద్యమును బిండిగా నమలి రస మొనరించి యుమ్మితోఁ గలిపి మ్రింగు చుండుటచే మీశరీరము లారోగ్యవంతములయి, మీ దరి కెట్టి వ్యాధులను రానీయకుండునని గ్రహింపుఁడు.

సర్వోత్తమమగు జీర్ణక్రియ కే యే నియమములఁ బాలింప వలసియుండునదియు ముందు చర్చింతము. ఈదిగువ వ్రాయ బడియున్న చిత్రపటముచే జీర్ణక్రియయొక్క మూలతత్వమును మీకు బాగుగా బోధ పడునటు లొనరించెదను.



జీర్ణకోశము

ఈ బొమ్మయొక్క పైభాగమందున్న సన్నని గొట్టము నను జూడుడు. 1, 2 సంఖ్యలకు మధ్య నున్నదే యా గొట్టము. దీనినే గొంతుక్రోవి, కంఠనాళమని యందురు. ఈ క్రోవి మననోటి యందుండు చిఱునాలుకయొద్దనుండి కంఠముద్వారమున జఠరమువఱకు వ్యాపించియున్నది. బాగుగా నమలఁబడినట్టియు, ఉమ్మితోఁ గలియునట్టియు, చక్కఁగామారినట్టియు ద్రవపదార్థ మీ పొడవుగొట్టములో నుండియే యుదరమునఁ బ్రవేశించుచున్నది.

3—ఈ గుఱుతు గలదియే జఠరము. 2—ఈగుఱుతుగల స్థలమందే జఠరముయొక్క ముఖద్వారము, గొంతుక్రోవి యొక్క యంతిమభాగము గలియుచున్నవి. జఠర మొక సంచి వలె నుండును. మన మాహారపదార్థమును మ్రింగినంతనె యది పోయి జఠరమునఁ జేర, జఠరాంతర్భాగమున నలుదెసల వ్యాపించియున్న చిన్న నరములలో నుండి యొక రసపదార్థము స్రవించుచు వచ్చి యన్నముతోఁ గలియును.

ఆ రసము పుల్లగానుండును. ఆ పుల్లని రసము యుమ్మి నీటిచే గలిసి చక్కెరగా మాఱి జఠరమునఁ బ్రవేశించిన యన్నమును దడుపును. ఆ పుల్లనిరసము స్వస్థదేహునియందు దివారాత్రములలో నొక గ్యాలను యూరుచుండును. గొంతుక్రోవినుండి తనలోని కుమ్మితోఁ గలిసివచ్చిన చక్కెరవంటి యాహారద్రవమును బుల్లనిరసముతోఁ గలుపుటకయి జఠరము చిలుకనారంభించును. ఈ మంథనక్రియను నిర్వహించుటకు జఠరోపరిభాగమున మననోటిలో నుండు నాలుకల వలె సన్నని నాలుక లెన్నియో కలవు.

ఈ నాలుకలయొక్క మంథనక్రియచేఁ బుట్టిన పుల్లని రసము, దంతములచే నమలఁబడిన యాహారద్రవము, ఉమ్మి—యీ మూఁడును సమ్మిళితమయి గంజివలె మాఱిపోవును. జఠరమునఁ బ్రవేశించునట్టి చర్వితాహారద్రవమును నుత్తమారోగ్య సంపన్నుని జఠరము మూఁడు గంటలకాలములో నా గంజివంటి పదార్థముగ సిద్ధమొనరించి వేయఁగలదు. త్వరగ జీర్ణింపనట్టి కఠినతమమగు పౌష్టికాహారమును నమలక యే యుమ్మిలేకుండ జఠరమునఁ బ్రవేశింపఁ జేయునట్టి మనుష్యుని జఠరాగ్ని సన్నగిలియుండుటచే నాయాహారమును జాలసేపునకుఁ గాని గంజివలె సిద్ధమొనరించుకొనఁ జాలదు.

యువకులారా! మీ కీ శరీరజఠరాహారసంబంధములగు విషయములు నూతనము లగుటచే సరిగా బోధపడి యుండక పోవచ్చును. కావున జఠరాన్న మేరీతి రసముగను, మలముగను మాఱుచు వేఱుపడుచుండునో చక్కగా నుపదేశించుచున్నాఁడను విలోకింపుఁడు.

ఇరువది రెండవ ప్రకరణము

జఠరాన్నమునుండి రస విభాగము



గత ప్రకరణమునఁ జూపఁబడియున్న చిత్రపటమును దిరిగి విలోకించుఁడు. ఆబొమ్మయందుఁ గల 4 గుర్తును జూడుఁడు. అది కడుపులో సిద్ధమయిన గంజివంటి రసమును గడుపుయొక్క దిగువభాగమున కరుగుట కేర్పడియున్న గొట్టము. గంజివంటి పదార్థ మీగొట్టములో నుండియే పోయి 5, 6 గుర్తులవఱకుఁ గల ద్వారముగుండ జఠర నిమ్న భాగమందున్న చిన్నప్రేగులోని కరుగును. ఆ చిన్నప్రేగు నకును, జఠరమునకును మధ్యనున్న 4, 5, 6 గుర్తులుగల గొట్టము సుమా రెనిమిది, పది యంగుళముల పొడవు కలిగియుండును.

9, 10, 10 గుర్తులుగల భాగమే చిన్నప్రేగు. 4 5, 6 సంఖ్యఁగల గొట్టము జఠరముయొక్క క్రింది ద్వారముఖము నుండి ప్రారంభమయి 12, 13, 14, 15 గుర్తులుగల పెద్దప్రేగు (మలకోశము) వెనుకనుండి వచ్చి చిన్నప్రేగుతోఁ గలియుచున్నది. ఆ గొట్టము పెద్దప్రేగు వెనుకనుండిపోయి దిగువనున్న 9, 10, 10 గుర్తులుగల చిన్నప్రేగుతో నైక్యమగుచున్నది.

గతాధ్యాయమున జఠరమున సిద్ధమగుచున్న దని వచించి గంజివంటి యాహారపదార్థ మా చిన్నప్రేగులోనికే

వచ్చి యటనే రసముగను, మలముగను నేర్పడుచున్నది. ఈవిషయము చర్వణద్రావణాధ్యాయమునఁ జెప్పఁబడి యుండుట మీాస్మృతియం దుండవచ్చును. జీర్ణప్రక్రియకు ముఖ్యాంగమగు చిన్నప్రేగు మనుష్యుని పొడవుకంటె నాలుగురెట్లధికమగు పొడవు గలిగియున్నది. మనుష్యుఁడు నాలు గడుగుల పొడవు కలవాఁడయిన వాని చిన్నప్రేగు రమారమి 28 యడుగుల పొడవు కలదయి యుండును.

3- గుర్తుగల జఠరములోఁ దయారయిన గంజివంటి యన్నము 4, 5, 6 గుర్తులుగల గొట్టముగుండా దిగువనున్న 9, 10, 10 గుర్తులుగల చిన్నప్రేగులోనికి వచ్చునపుడు 5, 6, గుర్తులుగల గొట్టముతోఁ గలిసియున్న 7 గుర్తుగల సంచిలో యకృతము (గుండెకాయ) నుండి సిద్ధమయివచ్చి నిలువయున్న పైత్యపురసము జఠరాన్నముతోఁ గలిసి చిన్నప్రేగులోని కరుగుచున్నది.

ఆసమయమందే 8 సంఖ్యఁగల తిత్తినుండి సయితము మధురరస మను మఱొకద్రవము 7 వ సంఖ్యఁగల సంచిలోని పైత్యపురసముతోఁ గూడి స్రవించుచు వచ్చి 5, 6 సంఖ్యఁగల గొట్టములోనుండి చిన్నప్రేగులోని కేగు గంజితోఁ గూడుచున్నది. ఈచందమున మన మారగించిన యాహారము నమలఁబడి ఉమ్మితోఁ గలిసి జఠరమునఁ జొచ్చి, కడుపుయొక్క నాలుకలచేఁ జిలుకఁబడి, చిక్కని గంజియయి 7, 8 గుర్తుల తిత్తులలోని పైత్యరసమును, మధురరసమును తనతో గలుపుకొని, 4, 5, 6 గుర్తులుగల గొట్టముగుండా 9, 10, 10 గుర్తులలోనున్న చిన్నప్రేగులోని కరుగుచున్నది.

తొలుత మనము నోట నిడిన ముద్ద నమలఁబడు చున్నది. ముద్ద నమలగా నేర్పడిన సున్ని, యుమ్మి లేక చొంగతోఁ గలియుచున్నది. సున్ని, చొంగ కలిసి ఏర్పడిన యాహారద్రవము జఠరమున జేరుచున్నది. అపు డా ద్రవముతోఁ గడుపుయొక్క నలువైపులఁ గల నరములనుండి పుల్లనిరసము స్రవింపఁబడి కలియుచున్నది. అపు డాహారద్రవము, పుల్లనిరసము కలిసి చిలుకఁబడి గంజి యగుచున్నది. ఆహారము జఠరమునఁ బ్రవేశించునప్పటికిఁ గేవలము చొంగ, పుల్లనిరసము యను రెండు రసములనే తనయందుఁ గలుపుకొనుచున్నయది.

పిమ్మట నా గంజి 5, 6 గొట్టములలోనుంచి చిన్న ప్రేగులోని కరుగు మార్గమధ్యమున. 7, 8 గుర్తులుగల సంచులలోనుండి పైత్యపురసము, మధురరసము అను మఱి రెండురసము లాహారముతోఁ గలియుచున్నవి. మనము భుజించునట్టి యాహారము చిన్నప్రేగులోని కరుగులోపల దానితోఁ 1 జొంగ (ఉమ్మి) 2 పుల్లనిరసము, 3 పైత్యపు రసము, 4 మధుర రస మను నాలుగు రసములు కలియు చున్నవను సారాంశమును యువకులు గుర్తింపదగును.

నాలుగు విధములగు రసములతోఁ గలిసిన గంజి చిన్నప్రేగులోఁ బ్రవేశించి జీర్ణక్రియ కుపయోగకరమగు మఱియొక విధమగు రసముతో నేకీభవించుచున్నది. మన చర్వితాహార మీరీతిఁ బంచరసములతోఁ గూడి గంజివంటి ద్రవమగుచున్నది. ఆ ద్రవమందలి విశేషభాగము సూక్ష్మాతి సూక్ష్మములగు పరమాణువులుగ మాఱిపోవుచున్నది. ఆ

పరమాణువులు పాలవలె ధవళవర్ణమును గలిగియుండును. చిన్నప్రేగునందు జీర్ణించినట్టి యాహారములోనుండి సిద్ధమయిన యా తెల్లని రంగుగల సూక్ష్మాణువులే మనశరీరమును బోషించు రసము. ఆహారము రసముగను, మలముగను విభజింపఁబడుచుండునని వచించియుంటిని. ఇపుడు మీరు రసస్వరూపమును గ్రహించియే యుందురు. ఇక మీ రీ రస మేరీతి శరీరముయొక్క వివిధభాగములఁ జేరి దేహమును బోషించుచున్నదియుఁ దెలిసికొనవలసియున్నది.

9, 10, 10 గుర్తులుగల చిన్న ప్రేగు యొక్క పెద్ద తూమువలె నున్నది. దాని లోపలిభాగమం దసంఖ్యాకములగు పొరలు కలవు. ఆ పొర లన్నింటిమీఁద కుంచియ కుండు రోమజాలమువలె లెక్కలేనన్ని ముఖములు తెఱచికొని యున్న సూక్ష్మాతిసూక్ష్మములగు నరములు గలవు. ఈ నరములే చిన్నప్రేగులో గంజినుండి తయారయిన పాలవంటి యాహార ద్రవమందలి రసమునంతయుఁ బీల్చివేయుచున్నవి.

అన్నరసము చిన్నప్రేగుయొక్క దిగువభాగమునకు స్రవించుచున్న కొలఁదియు నలుదెసల నోళ్లు తెఱచికొని యున్న సూక్ష్మములగు నరము లా రసమునం దొక్క పరమాణువునయిన శేషింపనీయక పీల్చివేయుచున్నవి. అట్లీ చిన్ననరముచేఁ బీల్చఁబడిన రసము చిన్న ప్రేగుయొక్క దిగువభాగమునకుఁ జేరువనున్న మఱియొక నిడివిగల నాళము ద్వారమున నొక పెద్దనరమునఁ జేర్చఁబడుచున్నది. ఈ పెద్ద నరముయొక్క తల హృదయ (గుండెకాయ) ద్వారముతోఁ గలసియున్నది. అట్లగుట నీ పెద్దనరము చిన్నప్రేగునుండి

సూక్ష్మములగు నరములచేఁ దనలోఁ బ్రవేశించినట్టి యన్న రసము నంతయు గుండెకాయలోనికిఁ జేర్చుచున్నది.

ఈ గుండెకాయ కేవల మొక రక్తభాండమువలె నుండును. శరీరమునం దంతట వ్యాపించియున్న వేనవేలు సంఖ్య గల సూక్ష్మాతి సూక్ష్మములగు రక్తపునరములన్నియు నీ గుండెకాయయందే పుట్టినవి. ఇచ్చటనుండియే పరిశుద్ధ మగు రక్తము సూక్ష్మాతిసూక్ష్మములగు నరముల మూల మున శరీరమునం దంతట వ్యాపించుచున్నది. పెద్దనరము ద్వారమున నన్నరసము గుండె యను రక్తాశయమునఁ బ్రవే శించి యచటిరక్తముతోఁ గలిసి రుధిరముగాఁ బరివర్తనమయి పోవుచున్నది.

రుధిరోత్పత్తికి, స్థితికి, వినియోగమునకును, గుండెకా యయే మూలమగుటచే నది చెడిపోయిన శరీరపోషణమున కెట్టి యాధారమును లేక మనము త్వరలో మరణింతుము. సామాన్యముగా రక్తప్రియులగు హంతకులు నిశితకరవాల ములో మనుజుని శరీరమందేభాగమునను బొడువక వక్షస్థల మందున్న హృదయమునే భేదించుచుందురు. కారణమేమి? శరీరసంరక్షణమున కాధారభూతమగు రక్తము నుత్పత్తి చేయు గుండెకాయ చీల్చఁబడిన మనుజుఁడు తత్క్షణమే మర ణింపఁగలఁడు.

కావున శరీరమున కంతటికి గుండెకాయ ముఖ్యమయి నది. కావుననే సారస్వతమున గుండెకాయయను పదమును ప్రాముఖ్యమును దెలుపు నొక విశేషశబ్దముగ నుపయో గించుచున్నారు. ఈ గుండెకాయనుండి దేహమునందంతట

వేనవేలుగ వ్యాపించియున్న రక్తపునరములలో విశేషము సన్నని వెండ్రుకలకంటె సూక్ష్మములుగా నుండును.

విద్యార్థులారా! మీరిప్పటికి భోజనము నారగించు పద్ధతి, భుజించిన యాహారమును జీర్ణింపఁ జేసికొనువిధము, జీర్ణించిన యాహారమునుండి రసము కలుగు తెన్ను, తద్రస ముచే రక్త మేర్పడువిధానము, తద్రక్తముచే యావద్దేహము పోషింపఁబడు సరణి బాగుగా గుర్తించియుందురు.

ఈ ప్రకరణమందు శరీరమున సంఘటిల్లు సమస్త విశేషముల కాధారము భోజనమును బాగుగానమలితినుటయే 9, 10, 10 గుర్తులుగల చిన్నప్రేగులోని పాలవంటి యాహారము మెత్తగానుండు మైదాపిండియందలి చిన్ని కణములకంటె సూక్ష్మములగు రేణువులచేఁ గూడియుండు చున్నది. నోటియందే యన్నమును దంతములతో బాగుగా నమలినఁ గాని యది చిన్నప్రేగులోని కనేకవిధముల మాఱు చువచ్చి మైదాపిండివలె మెత్తని యాహారము కాఁజాలదు.

మొక్కజొన్నకండెల బాగుగా నమలి తినినచో వాని గట్టిగానుండు గింజలు జఠరముచేతను, చిన్నిప్రేగుచేతను జీర్ణింప జేసికొనఁబడఁజాలక మలమున వెంటనే పడిపోఁగలవు. గట్టి యాహారమును నమలకుండుటచే నది సున్ని కానేరదు. సున్ని కాని యాహారము జఠరమునందు గంజిగ నేర్పడలేదు. గంజికాని యాహారము చిన్నప్రేగునఁ జేరి పాలవంటి యాహా రము గాఁజాలక యట్లే యుండిపోఁగలదు.

అందువలనఁ జిన్నప్రేగులో నా గట్టి యాహారము నుండి శరీరమును బోషించునట్టి రస ముత్పత్తి కానేరదు.

ఆ యాహారమంతయు వెంటనే మలరూపమును ధరింపఁ గలదు. అందుచే నాహారమును భుజించిన ప్రయోజనము హుళిక్కియగును. సామాన్యముగ నమలిన శ్రమయూ సున్న యగును. జఠరముయొక్క ప్రయాసమూ వ్యర్థమగును. అన్నము యొక్క విలువయూ వృథయగును. ఉమ్మి, పుల్లనిరసము, పైత్యపు రసము, మధురరసము, చిన్నప్రేగునఁ బుట్టు జీర్ణ రసము, మొదలగు నమూల్యములగు ద్రవ్యములన్నియు బూడిదెఁబోసిన పన్నీటి చందమగును.

సరిగా జీర్ణింపని యాహారమునుండి యెట్లో రెండు మూఁడు బిందువుల రక్తము గుండెలోఁ దయారయినను నయ్యది మలరసముతోఁ గూడియుండుట దగుటచే దూషిత మయి యుండును. అనుదిన మిట్టిదశనే శరీర మనుభవించు చున్నచో మన మెట్లు బలాఢ్యులమును, సుందరగాత్రు లమును, స్వస్థదేహులమును, సౌఖ్యానంద భోగులమును గాఁగలమో మీరలే నుడువుఁడు.

యువజనులారా! మన సౌఖ్యములకును, దుఃఖము లకును మనయారోగ్యానారోగ్యములే కారణభూతము లగు చున్నవి. మన స్వాస్థ్యాస్వాస్థ్యములకు మనమే కారకులము. ఈ రహస్యమును బాగుగా గ్రహించు నంతవఱకు మన జన్మము వ్యర్థమె.

ఆహారము కేవలము రసనేంద్రియరుచికిని, క్షుధా నివృత్తికి నేర్పడిన పదార్థము మాత్రమే కాదు. కేవల మది శరీరముయొక్క యథార్థపోషణము నిమిత్తమే దేవునిచే సృజింపఁబడిన పవిత్రమగు పదార్థము.

కావున యువజనులు వివేకశూన్యులయి సకాలమందు సశాస్త్రీయముగ భుజింపక, భోజనపువేళ తప్పుటచేఁ గలిగిన యాఁకటి చిచ్చునకుఁ దాళఁజాలక దడదడలాడుచు వచ్చి నాలుక రుచియే ప్రధానమని యెంచక, తిను ప్రతిపదార్థమును దంతములతోఁ బాగుగా నమలి చూర్ణమొనరించి, అద్దాని నుమ్మితోఁ గలియఁజేసి, అదియొక మెత్తని పాకమయినప్పుడు దానిని గొంతుక్రోవినుండి యుదరములోనికిఁ బంపుటుచితము.

"Medical science teaches us that the health of the body depends primarily on digsetation of food which is promoted by a proper mastication of what we eat by the teeth"

—Chandavarkar.

"మన దేహారోగ్యము మనము భుజించునట్టి యాహారము దంతములచే సక్రమముగా నములఁబడినప్పుడు కలుగు జఠరాగ్నియొక్క యభివృద్ధిమీఁదనే ముఖ్యముగా నవలంబితమయి యున్నదని వైద్యశాస్త్రము నుడువుచున్నయది."

—చందవర్కరు.

ఆరోగ్యమార్గమందలి సర్వోత్తమంబగు ప్రథమసిద్ధాంత మిదియే యని యువజనులారా! మీరు బాగుగా స్మృతియందుంచుకొనుఁడు! విస్మరింపకుఁడు! జాగ్రత్త!!

ఇరువది మూడవ ప్రకరణము

జఠరాన్నమునుండి మలవిభాగము

ఆహారము జీర్ణించి రసమగుట, రసము గుండెలోని కరిగి రక్తమగుట, ఆ రుధిరము శరీరమునందంతట వ్యాపించి దానిని బోషించుట మొదలగు నంశములు బాగుగ బోధింపఁబడినవి. జీర్ణక్రియానంతరము చిన్నప్రేగులోని చిక్కని గంజివంటి యాహారమంతయు పాలవంటి మెత్తని ద్రవపదార్థమయి రసరూపమును దాల్చుటలేదు. ఆ చిక్కని గంజిలోనుండి జఠరముయొక్క బలాబలముల ననుసరించి కొంతభాగము రసముగ నేర్పడుచుండ శేషభాగము పిప్పివలె నుండి దేహమున కెట్టి ప్రయోజనమును గలిగింపనిదయి చిన్నప్రేగునందే నిలిచిపోవుచున్నది.

ఈ నిరుపయోగమగు పిప్పియే మలము. ఇది రాయివలెఁ గేవల కఠినమును, కేవలద్రవముగను నుండక మధ్యస్థముగా నుండును. ఇది శరీరమున కుపకరింపని పదార్థమగుటచేఁ జిన్నప్రేగునందు నిలిచియుండుట కధికారము లేనిదయి మలద్వారమున వెలుపల కరుగుచున్నది. జీర్ణక్రియచే రసమునుండి వేఱుపరచఁబడిన మల మీ రీతి సక్రమముగ ననుదినము బయటి కరుగుచున్న మనుష్యుఁ డెట్టి వ్యాధికిని గుఱియగుట సంభవింపదు.

కాని శరీరారోగ్య నిబంధనముల నుల్లంఘించుచుండుటచే ననేకుల దేహమం దీ మలము జీర్ణించి భయంకరవ్యాధు

లకుఁ గారణమగుచున్నది. మలమందుఁ గొంతభాగము బహిర్గతమయి, మఱికొంతభాగము దేహమునం దుండినచోఁ గ్రమముగ నందుండియొక విషమగు దూషితద్రవము దేహము నందంతట వ్యాపించి మనుష్యుని రోగి నొనరించుచున్నది.

విద్యార్థులు మలవిసర్జనమునకు సంబంధించిన రహస్యముల గ్రహించుటకుఁ దిరిగి యొకసారి చర్విణ, ద్రావణ ప్రకరణమందలి చిత్రపటము వైపునకుఁ దమదృష్టినిఁ బ్రసరింపఁ జేయవలసియున్నది. 3 గుర్తుగల జఠరమునం దన్నముచేఁ జిక్కని గంజివంటి పదార్థ మేర్పడుచున్నది. అప్పుడా చిక్కని గంజియందు రస ముత్పత్తి యగుచున్నది. ఆ గంజివంటి యాహారము 4, 5, 6 గుర్తులుగల గొట్టము గుండ 7, 8 సంఖ్యలు గల తిత్తులనుండి వచ్చు రసములతో గూడి యా గొట్టమునకు దిగువ నున్న 9, 10, 10 గుర్తులు గల చిన్నప్రేగులోనికి దిగినప్పు డందలి మెత్తని పలుచని ద్రవమంతయు రసముగ మాఱి గుండెలోని కరుగ శేషించిన కఠినపదార్థమగు మలము చిన్న రసగ్రాహకములగు నరములచేఁ బీల్చఁబడునది కాకపోవుటచే నచటనే యుండిపోవుచున్నది.

మలమందును జిన్ననరములు పీల్చుకొనగాఁ గొంత రసము మిగిలియుండుచున్నయది. దుర్బలమగు జఠరము గలవారి యన్నరసమం దధికభాగము మలమందే నిలిచిపోవు చున్నది. రసము గుండెలోని కరుగ శేషించిన మలము నెమ్మదినెమ్మదిగా స్రవించుచు 9, 10, 10 గుర్తులుగల చిన్నప్రేగుయొక్క చుట్టుమట్టమునకు వచ్చి చేరుచున్నది.

అటనే యా చిన్నప్రేగుయొక్క తుదిభాగమం దొక ద్వారము కలదు. ఆ ద్వారము 12 గుర్తుగల మఱియొక పెద్దప్రేగుయొక్క ద్వారముతోఁ గలియుచున్నది. ఆపెద్ద ప్రేగునకే ముఱికిగొట్టమనియు, కాలువయనియు, మలకోశమనియు మూఁడు పేళ్లు కలవు. ఆ ముఱికిగొట్టము 12 గుర్తు మొదలుకొని 13, 14, 15, 16 గుర్తులమీఁదుగా దిగువకుఁ గొంతదూరము పోయియున్నది.

9, 10, 10 సంఖ్యగల చిన్నప్రేగుయొక్క దిగువనున్న ద్వారమునకును, 12 గుర్తుగల మలకోశద్వారమునకును మధ్య రెండు పొరలుగల చిన్న తలుపొకటి కలదు. చిన్నప్రేగులోనుండి ప్రవహించి వచ్చుచున్న మల మా తలుపును స్పృశించినంతనే మలమును గ్రహించుట కా మలకోశమునకడ్డుగానున్న తలుపు తెఱవఁబడుచున్నది. మలమంతయుఁ బూర్తిగ మలకోశములోని కరిగినంతనే యా తలుపు తనంతటనే మూసికొనిపోవుచున్నది. చిన్నప్రేగులోని మలము మలకోశములోని కరుగుట కా మొదటిపొర తెఱచి కొనుచుండ రెండవపొర మలకోశమునఁ జొచ్చిన మలము తిరిగి చిన్నప్రేగులోనికి రాకుండ నడ్డుతగులుచున్నది. అందుచే నా మలము వెనుదిరిగి వచ్చుటకు వీలులేక 12 గుర్తుగల మలకోశ ద్వారమున లోని కరుగుచున్నది.

ఈ రీతిగఁ జిన్నప్రేగులోని మలమంతయు 12, 13, 14, 15 గుర్తులు గల ముఱికిగొట్టములోఁ బడిపోవుచున్నది. ఈ ముఱికి గొట్టమున కుపరిభాగమున 12, 13 గుర్తులుగల చోటను, చిన్నప్రేగుయొక్క తలమీఁదుగఁ బోయియున్న

14, 15 గుర్తులుగల స్థలమునందు రసశోషకము లనఁగా రసమును బీల్చు నరములు గొన్ని గలవు. ఆ రసశోషకములు మలముతోఁ గలిసిపోవుచున్న రసము నడ్డగించి దానిని వ్యర్థముగాఁ బోనీయక, పూర్తిగాఁ బీల్చివైచుచుండును. అటనీ మలము రసశోషకములచేఁ దనయందున్న రసము పీల్చఁబడు నంతవఱకు గాగియుండి నెమ్మదిగా ముందునకు స్రవింప నారంభించుచున్నది. మల మట్లు స్రవించి తిన్నగా 16 గుర్తు మీఁదుగా 17 గుర్తుగల స్థలమునఁ జేరి యటనుండి వంపు తిరిగి సన్నబడిన మలకోశముగుండ 18 గుర్తుమీఁదుగ 19 గుర్తుగల యాసనమునఁ బడుచున్నది. ఈ 19 గుర్తుగల స్థలమునకే యాసనమనియు, గుదమనియుఁ బేళ్లు. మల మీ గుదమునఁ బ్రవేశించినంతనే ద్రింపఁబడుచున్నది.

12 గుర్తునుండి ప్రారంభమయి 19 గుర్తువఱకు వ్యాపించియున్న మలకోశముయొక్క పొడవు రమారమి 5 అడుగులుండును. అద్దాని వ్యాసము మనుష్యుని శరీరము ననుసరించి హెచ్చుగాఁగాని, తక్కువగాఁగాని యుండుచుండును. ఈ మలకోశము రబ్బరువలె మెత్తగను, మృదువుగను నుండును. ఈ కారణముచే నది మలపూరిత మయినంతనే రబ్బరుసంచివలె నుబ్బుచున్నయది.

మలకోశము సుమారు పదిశేర్లకంటె నధికమగు పదార్థమును దనయందిముడ్చుకొనునంతటి విశాలముగ నుండును. విద్యార్థులు మలకోశముయొక్క 12, 13, 14, 15 గుర్తులుగల స్థలములందు రసశోషకములగు నరములు కలవను విషయమును బాగుగా స్మృతియందుంచుకొనవలయును.

కారణ మేమన నివియే బహురోగములకు హేతుభూతము లగుచున్నవి. ఇప్పటికి మీ రాహారమునుండి యేర్పడు మలము శరీరముయొక్క యే యే భాగములనుండి పూర్తిగా వెలుపల కరుగుచున్నదియు గ్రహించియే యుందురు.

దృఢమగు నారోగ్యమును సంపాదించుట కీ విషయములతో నేమి సంబంధ మను సందేహము మీకుఁ గలుగ వచ్చును. కాని మీ సందేహము నిర్హేతుకము; నిరాధారము. మీ గృహమం దేదేని జీవము మరణించినచో నది రెండు మూఁడు దినములలోఁ గుళ్ళిపోయి గృహమునం దంతట సహింపరాని దుర్గంధమును వ్యాపింపఁ జేయుచున్నది. అస హ్యమగు దుర్గంధముచే బాధపడఁజాలక మీరు వెంటనే దుర్గంధవ్యాపకమును నిరోధించుటకయి మృతజీవముయొక్క కళేబరము నన్వేషించుచున్నారు. గృహము మురికి కుప్పలచే నిండియున్న దానిని వెంటనే శుభ్ర మొనరించుచున్నారు. సామాన్యములగు గృహములను శుద్ధిపఱచు విషయమునం దింత శ్రద్ధవహించు మీరు పరమపవిత్రమగు శరీరగృహ మును శుభ్రముగా నుంచువిషయమునం దశ్రద్ధవహించుట కడు శోచనీయము.

అడుసుఁ ద్రొక్కి కాలుఁ గడుగుట యుత్తమమా! అడుసు ద్రొక్కకుండ నుండు యుపాయమరయు టుచితమా యని విచా రించినచోఁ బ్రతికార్యమునకుఁ దొలుతనే సావధానపడియుం డుట శ్రేయస్కరమని స్పష్టపడఁగలదు. గృహము లశుభ్రము గానున్న నివాసయోగ్యములు గాని విధంబుగనే దేహగేహ ములు మలపూరితము లయినచో, దుర్గంధ యుక్తములయి,

దూషితములయి భయంకర వ్యాధులకు గుఱియగు చుండఁ గలవు.

ఎప్పటి మల మపుడు చిన్న ప్రేగునందును, ముఱికిగొట్ట మునందును నిలిచియుండక వెలుపలి కరుగుచున్నచో దేహా రోగ్యమును గూర్చి భీతిల్లవలసిన యగత్య ముండ నేరదు. ఆరోగ్యవిధుల నతిక్రమించువారు తమ దేహములం దెచట మలము కూడియున్నదియుఁ దెలియఁజాలక తమకు జ్వరమో, శిరోవేదనయో, ఉదరశూలయో, మఱి యేవ్యాధియో తట స్థించినపుడు పెల్లుగఁ దల్లడిల్లుచుండఁగలరు. దుష్కృతము లొనరించి, తద్దుష్టపరిణామము ననుభవింపవలసి వచ్చినపుడు చింతించినఁ బ్రయోజన మేమి ?

వివేకవంతులు వ్యాధులు పైఁబడినపుడు విచారింపరు. మలోత్పత్తిని గూర్చియు, మలవిసర్జనమును గుఱించియు నెఱుంగని మనుష్యు లజీర్ణవ్యాధి, మలబద్ధకములచే బాధింపఁ బడుచు నౌషధమును సేవించినంతనే విరేచనమగుడు తమ్ము పరిపూర్ణారోగ్యవంతులుగ భావించుకొని సంతుష్టాంతరంగు లగుచున్నారు. అనుదినము విరేచన మగుచున్నంతమాత్ర మున మలకోశమునం దెట్టి మలము లేదనియు, అది పరిశుభ్ర ముగ నున్నదనియు భావింప వలనుపడదు. ఇంటియం దే మూలనో మూషిక మొండు చచ్చి పడియుండునేని దుర్గంధము నాసికారంధ్రములఁ జేరనంత పర్యంతము దాని మరణ వార్తయే మనకు దెలియనేరదు.

అదియేరీతి మలకోశశుద్ధిలేని వ్యక్తి తాను దలవని తలంపుగా భయంకరమగు వ్యాధికి గుఱియయినపుడే తన

యారోగ్యము చాలకాలమునకుఁ బూర్వమే చెడియున్నదని స్పష్టముగా గ్రహింపఁగలుగుచున్నాఁడు. విరేచన మగుచుం డుటను గాంచి మలకోశ మతిశుభ్రముగానున్నదని భ్రమించు వారికిఁ దమ కేదియో భయంకరవ్యాధి తటస్థించినపుడు గాని తమ మలకోశస్థితి తెల్లము కాఁజాలదు. విరేచనమాత్రను సేవించినంతనే మురికిగొట్టమందలి మలమంతయు బహిర్గత మగు నని భ్రమించుట కేవలము భ్రమ. ఎన్నియో దిన ముల నుండి పెద్దప్రేగులో సంచితమగుచు వచ్చియున్న మలమంతయు నొక్క దినమందే వెలికిఁ బోవుట సంభవింప నేరదు.

అందుఁ గొంతభాగము శరీరమునం దన్ని యవయవ ములఁ జేరి జీర్ణించిపోవును. ఇట్టిచో మలమును శరీరమున వేనవేలుగ వ్యాపించియున్న రక్తపునాళము లన్నింటినుండి వెడలఁ గ్రక్కించుటే వైద్యునకు సాధ్యపడఁగలదు. అట్టి దుష్పదార్థము శరీరమున వ్యాపించి యున్నంతపర్యంతము ప్రతి మనుష్యుఁడు దుఃఖము ననుభవింప వలసియే యుండును.

అజీర్ణముయొక్క ఫలితము మలకోశమంతయు మురి కితో నిండియుండుటయే.

మన మేపదార్థమును మితిమీఱి భుజించినను, దంతములతో బాగుగా నమలకయే మ్రింగినను, ఉమ్మితోఁ గలియునట్లు చేయకపోయినను, ఆహారము జఠరములోఁ బ్రవేశించినంత నట నూరు పుల్లనిరసము దానినిఁ దడుప

జాలకపోవును. పుల్లనిరసముచే బాగుగాఁ దడుపఁబడనట్టియు, పాకము కానట్టియు నాహారము కుక్షినుండి చిన్నప్రేగులోఁ బ్రవేశించి, అచ్చటను జాలినంత ద్రవము లభింపకపోవుటచే జీర్ణముకాక మల రూపమున మలకోశములోఁ బ్రవేశించి యచ్చటనే నిలిచిపోవుచున్నది. అపుడా మలము పెద్ద ప్రేగులో ముఱిగి, దుర్గంధ పూరితమయి విషమును, నుసి పురుగులను బుట్టించును.

అపుడు మన మలకోశము శుద్ధిలేనిదయి ముఱిగియున్న కుడితితొట్టివలె నుండఁగలదు. పులిత్రేనుపు లీ మర్మమును జాటుచుండును. దేహమునం దన్యపదార్థము మిక్కుట మగుటచే శరీరపోషణమునకు నలయునంతటి పరిశుద్ధ రక్తముత్పత్తికాక దేహమును వ్యాధిగ్రస్త మొనరించివేయును. అపుడు మనకు శిరోవేదనము, తలతిరుగుడు, జ్వరము, కడుపు నొప్పి, శూల, వ్రణము, కురుపులు, అతిసారము మొదలగు వ్యాధు లనేకములు కలుగుచు దుఃఖముల నొదవించు చుండును.

యువకులారా! మీ రిప్పటికీ మూఁడు ప్రకరణముల యొక్క సారాంశము భోజనముయొక్క చర్వణ ద్రావణములే స్వాస్థ్యమునకు ముఖ్యసాధనములని గ్రహించియుండ వచ్చును. దేహమున కెట్టివ్యాధులును గలుగకుండుటకును, దాని నారోగ్యవంతముగఁ జేసికొని సుఖముల ననుభవించుటకును జర్వణ ద్రావణముల విస్మరింపకుఁడు. చర్వణద్రావణముల ప్రభావమును దెలుపు యీ క్రింది వాక్యముల స్మృతిపథమున నారోగ్యమార్గాపర్శప్రాయములుగ నునిచికొనుడు.

"An old parsi gentleman, who lived a long and vigorous life, once advised me to solidify the liquids I drank and liquify the solids."

"ఆనందమయజీవితమును గడపినట్టి యొక పార్శీమహాశయుఁడు భుజించునట్టి ఘనపదార్థముల ద్రవీభూత మొనరించ వలయుననియు, ద్రవపదార్థముల ఘనీభూత మొనరింప వలయు ననియు నాకు సలహా నిచ్చియున్నాఁడు."

—చందవర్కారు.

భువి జీవితసౌఖ్యముల ననుభవింపఁగోరు యువజనులు చందవర్కారు వచించియున్న వాక్యముల విస్మరింపక భోజన విషయమయి తదనుకూలముగ వర్తింపఁదగును.

ఇరువదినాల్గవ ప్రకరణము

ఖాద్యములు - అఖాద్యములు

****

ఆరోగ్యవిజ్ఞానమునం దిప్పటికి మానవదేహపోషణ మున కావశ్యకములగు వాయువు, జలము, ఆహార మను విష యములనుగూర్చి నుడివియున్నాఁడను. గతప్రకరణమునం దాహార మేవిధముగ భుజించి జీర్ణింపఁజేసికొనఁ దగునను విషయమును గుఱించియే వచించియుంటినిగాని, ఎట్టియాహా రము భోజ్యము, ఎట్టియాహారము త్యాజ్యమను విషయమయి యింతవఱకు ముచ్చటించి యుండలేదు. ప్రస్తుత మీప్రకరణ మునం దీవిషయమును గుఱించియే యువజనుల ప్రయోజ నార్థము చర్చించెదను.

ప్రపంచమునందు సామాన్యముగా గోధుమలు, బియ్యము, యవలు, జొన్నలు, చోళ్లు మొదలగు ధాన్య ములే యాహారముగ స్వీకరింపఁ బడుచున్నవి. జీవసంరక్ష ణమునకును, శరీరపోషణమునకును దోడ్పడు ప్రకృతిసిద్ధ ములగు సమస్తపదార్థములును నాహారమే యనఁబడుచున్నవి. గృహస్థులు కేవలము వండిన ధాన్యములనే యాహారముగ భావించుచున్నారు. సర్వసంగపరిత్యాగులును, యోగులును, సన్న్యాసులును నగు కొందఱు సాత్వికాహారప్రియులయి కంద మూలములను, పరిపక్వమధురఫలములను సర్వోత్త మాహారమని తలపోయుచున్నారు.

వృక్షాదులకు భూమియందున్న సారము, మన మొసంగునట్టి యెరువు ఆహారముగ నున్నవి. గోవృషభాది పశువుల కాహారము పచ్చిక, ధాన్యము మున్నగునవి. సింహ శార్దూలాదులకు హత్యచే లభించు పచ్చిమాంసమే భోజనము. జలచరములకు మాలిన్యము, సూక్ష్మక్రిములు మొదలగు నవియే మంచియాహారము. సూకరమున కాహారము మలము. ఈరీతి జీవులకు భిన్నాహారము లేర్పడియున్నవి.

ప్రపంచమునందు వివిధములగు జీవములకు భిన్నము లగు నాహారముల దయామయుండగు జగదీశ్వరుఁడు సృజించి యున్నాఁడు. ఏ జాతియాహార మాజాతి కత్యధిక ప్రేమభాజన మయినది. మానవుఁ డారగించు షడ్రసోపే తాహారము సింహాది జంతువులకు రుచింపదు. సింహశార్దూల ములు భక్షించు పచ్చిమాంసమును మనుష్యుఁడు ప్రేమింపఁ జాలఁడు. ఈ సృష్టియందు ప్రతివిధమగు జీవము తన శరీర పోషణమున కావశ్యకమగు స్వాభావికాహారమును గలిగియే యున్నది.

ఈశ్వరసృష్టియందలి సమస్తజీవరాసులలో మనుష్యుఁ డుత్తముఁడుగ సకలదేశముల, సమస్తకాలములఁ బరిగణింపఁ బడుచువచ్చియున్నాఁడు. నేఁటికిని బరిగణింపఁబడుచున్నాఁడు. ఇది భగవ న్నియతి. యథార్థమగు మానవుఁడు భగవ త్సంకల్పస్వరూపమగు ప్రకృతి నతిక్రమింప నొల్లఁడు. ఆద ర్శచారిత్రుఁడగు మనుష్యుఁ డెపుడును బ్రకృతిశాసనములఁ బాలించుచుఁ బ్రకృతితత్త్వమును సాంగముగఁ బరిశీలింప నుద్యుక్తుఁ డగుచుండును. నేఁడు ప్రపంచమందలి జీవజంతువు

లన్నియుఁ దమ కీశ్వరుఁ డేర్పఱచిన స్వాభావికాహారము నాదరించుచు దేహపోషణ మొనరించుకొనుచుండ, విజ్ఞానరాశి యగు మానవుఁడు మనుష్యజాతి కే యాహారము గ్రాహ్యమో, ఏ యాహార మగ్రాహ్యమో గుర్తింపలేనంతటి మూఢుఁడయి భోజనవిషయముల నిరంకుశముగ వర్తించుచున్నాఁడు.

ఆహారవిషయమునఁ బ్రకృతి తనపైఁ గావించుశాసనముల ననుసరింపక మనుష్యుఁడు జిహ్వాచాపల్యము ననుసరించుచున్నాఁడు. విజ్ఞానదృష్టిచే వస్తునిర్మాణ ప్రయోజనము, దైవసంకల్పము స్పష్టపడఁగలదు. దయామయుఁడగు జగదీశ్వరుఁడు మానవకోటికి విజ్ఞానదాయకమగు బుద్ధి నొసంగియుండ, మనుష్యుఁడు తనస్వానుభవమున ఖాద్యాఖాద్యము లేవియో నిశ్చయించుకొనకుండుట శోచనీయము. ఒక్క మాతృగర్భమున జనించిన నలువురు సోదరులు భోజనవిషయమునఁ బరస్పర విభిన్నములగు నాలుగుమార్గముల ననుసరించుచుండ మనుష్యుల దేహారోగ్యము సరిగా నుండు టెట్లు పొసంగును?

మనుష్యుఁడు శరీరమును బరమార్థసాధనముగ భావించి దానిపోషణము నిమిత్తమే యాహారమును స్వీకరించుచున్నంత కాలము మానవజాతియంతయు సభ్యత కలదయి ప్రకృతిసిద్ధమగు నొకేవిధమయిన పదార్థమును ఖాద్యముగఁ గలిగియుండెను. మనుష్యులు భోజనమును రుచికొఱకు స్వీకరింప నారంభించినప్పటినుండియు వారియందలి ఖాద్యాఖాద్యవిచక్షణబుద్ధి లోపించిపోయినది. నేఁడు మానవునికింకెట విజ్ఞా

నము నందు హీనస్థితియందున్న పశుపక్ష్యాదులు సహితము ప్రేమింపనట్టి యనేకవిధములగు వికృతాహారములకు జిహ్వేంద్రియ చాపల్యముచే మనుష్యుఁడు బానిసీఁ డయినాఁడు

శరీరపోషణమునకే భోజనస్వీకరణ మావశ్యకమను జ్ఞానము మనుష్యజాతియం దంతర్హితమయిపోయినది. మనుష్యులు తమ్ము సృజించిన పరమేశ్వరునిగూర్చి చింతించుటయందును, అన్వేషించుటయందును, దమదృష్టినిఁ గేంద్రీకృత మొనరింప నేనాఁడు మానివైచినారో, నాఁడే మనధర్మములు, కర్తవ్యములు, జీవితపద్ధతులు నశించిపోయినవి. మనము నామమాత్రమునకు మనుష్యులమయి, పశువులకంటె హీనముగ జీవించువారల మైపోయితిమి. మన యాహారపద్ధతియు నిట్టిదుర్దశనే వరించినది.

విశ్వమండలి సకల జీవరాసుల యాహారమున వాయువు ప్రథమస్థానమును, జలము ద్వితీయస్థానమును వహించుచున్న వని వచించితిని. వాయువును, జలమును స్వీకరించి ప్రాణిచయము జీవింపజాలదు. జలవాయువులతోఁ బాటు మఱియొక యాహార మావశ్యకమయి యున్నది. మనుష్యుఁ డే యాహారమును భుజింపఁదగునను ప్రశ్నకు సముచితప్రత్యుత్తరము నొసంగఁజాలము. మానవుల శరీరనిర్మాణ మంతయు నేకరీతిగ గోచరించుచున్నను వారి దేహతత్వములం దొకింత భేద ముండవచ్చును. ఒక మనుజునకు రుచికరముగనున్న పదార్థము మఱొక మనుష్యునకు వెగటును దోఁపఁజేయ వచ్చును. ఒక మనుష్యుఁ డధికముగా భుజించి జీర్ణింపఁ జేసికొనుచుండ మఱొక్క మనుష్యుఁడు

లఘ్వాహారమునే జీర్ణ మొనరించుకొన లేకున్నాఁడు. కాని యివన్నియు సామాన్యములగు భేదములే యనుటకు సంది యము లేదు.

నేఁడు మన భారతవర్షమునందుఁ జతుర్విధములగు నాహారములు భారతీయులచే స్వీకరింపఁబడుచున్నవి. దాక్షి ణాత్యులు బియ్యమును, ఔత్తరేయులు గోధుమలను వండి భుజించుచున్నారు. దక్షిణాపథమందలి కార్మికులు మొక్క జొన్నలు, పచ్చజొన్నలు, సజ్జలు, తవిదలు మొదలగు ధాన్య ముల నాహారముగ నుపయోగించుకొనుచున్నారు. ఉత్తర భారతప్రాంతమందుఁ గార్మికులు యవలపిండిచేఁ దయారగు రొట్టెనే భోజనముగ నేర్పఱచికొనియున్నారు.

ప్రకృతియందలి సారమును, సౌఖ్యమును గుర్తించి, ప్రకృతి నియమపాలనమే దేహముయొక్క వికారములను, వ్యాధులను నిర్మూలింప నుత్తమచికిత్సయని భావించునట్టి బుద్ధిమంతులగు విద్యాధికులు కొందఱిపు డిపుడే కందమూల ఫలముల శరీరపోషణమున కుత్తమాహారముగ భావించి వానినే యారగింపుచున్నారు. కాని యిట్టి యుత్తమమగు సాత్త్వికాహారమును స్వీకరించు వ్యక్తి లక్షకొక్కఁడయినఁ గానరాకున్నాఁడు. నేఁటి ప్రతిమానవుఁ డాహారమును రుచి కొఱకును క్షుద్బాధను నివృత్తి చేసికొనుటకును స్వీకరించు చున్నాఁడేకాని నిర్దోషమగు దేహారోగ్యమును గోరి కాదు.

దేహారోగ్యమునకును, భోజనమునకును ఘనిష్ఠమగు సంబంధము కలదు. భోజనమువలననే మనుష్యుఁడు వివేక వంతుఁ డయినచో నే వ్యాధులును గలుగకుండఁ జేసికొన

వచ్చును. ఒకవేళ ప్రమాదవశంబున రోగము కలిగినను సాత్వికాహారస్వీకారముచే నా వ్యాధిని సులభముగా నిర్మూలించుకొనవచ్చును. ఈ నా భావమును సరిగా సమర్థించునట్టి యాంగ్లకోవిదుని వాక్య మొంకు స్మృతికి వచ్చుచున్నయది.

"Diet cures more than doctors"

"భోజనమే వైద్యులకంటె దేహారోగ్యమును స్వస్థపఱచును."

జిహ్వాచాపల్యము నణఁచుకొనలేక యమితముగా భుజించు వ్యక్తి జఠరాగ్నిరసమును గోల్పోయి, స్వాస్థ్యవికాసము నందలేక నింద్యములును, హానికరములును నగు విషయములవైపున కరుగుచుండు తనచిత్తమును నిరోధించుకొనఁజాలక ధర్మభ్రష్టుఁ డగుచున్నాఁడు. జీర్ణకోశముయొక్క సామర్థ్యాసామర్థ్యములను, భోజనముయొక్క ప్రయోజనాప్రయోజనములను తన దేహముయొక్క హితాహితములను విచారింపని మనుజునితనువు, మనస్సు భయంకర రోగపీడితములగుచున్నవి.

భోజనప్రియునకు సర్వదా దుఃఖములు భోగ్యములగును. సౌఖ్యానందములు నశించును. ఆయుర్దాయము క్షీణించును. స్వార్థపరమార్థములు గగనపుష్పము లగును. స్వప్నాదిదోషములు మెండగును. మితసాత్వికాహారమును శరీరపోషణదృష్టితో స్వీకరించు మనుజుఁడు వీర్యవంతుఁడయి, తేజోవంతుఁడయి, ఆరోగ్యవంతుఁడయి, సౌఖ్యవంతుఁడయి యెట్టి

చింతలవంతలఁ బొల్పడక మనుచుండఁగలఁడు. కావున వాని జీవితము ప్రశాంతముగ నుండఁగలదు.

ఆహారము, నిద్ర, భయము, మైథునము, క్రోధము, కలహము మొదలగు వృత్తులన్నియుఁ బెంచినఁ బెరుగును. తగ్గించినఁ దగ్గును. ఇవి మానవుని నిగ్రహశక్తి ననుసరించి వర్తించునవే కాని స్వతంత్రశక్తి సంపన్నములు మాత్రము కావు.

సమస్త లోకాదర్శ పురుషోత్తముం డగు శ్రీ బుద్ధభగవానుఁడు సకల ధర్మ సాధనమగు శరీరమును పోషించు నిమిత్త మొక్కసారి భుజించువాఁడు మహాత్ముఁడనియు, రెండుపర్యాయములు సావధానచిత్తుఁడయి మితముగ నారగించువాడు బుద్ధిమంతుఁడును, భాగ్యవంతుఁడును ననియు, యథేచ్ఛగా మితిమీఱి చపలమగు జిహ్వకు వశీభూతుఁడయి మిక్కుటముగ భుజించు చుండువాడు భాగ్యహీనుఁడనియు, మహామూర్ఖుఁడనియు, మలభుక్కగు సూకరము కంటె నధమాధముఁడనియు వచించియున్నాఁడు.

"ఆ॥ అన్న మధికమయిన నదియుఁ దాఁ జంపురా
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ."

అను పద్యముచే వేమనార్యుఁ డమితాహారమును నిరసించి యున్నాఁడు. కోమలమును, సంకుచితమును నగు జీర్ణకోశముచేఁ జెన్నొందుచుండు మానవుఁడు పశువువలెఁ గంఠమువఱకు భుజించుట ప్రశస్తమగు కార్యమని యెవ్వఁడు వచింపఁగలఁడు? అమితముగ భుజించుటయే భాగ్యవంతునకు సల్లక్షణమా? మానవుఁడు భోజనమును సౌఖ్యమునిమిత్తము

పరిగ్రహించుచున్నాఁడా. దుఃఖముకొఱకా యను విచక్షణ లేనివాని జన్మము వ్యర్థము.

శరీరారోగ్యమును భంజించునట్టియు, దుఃఖము నావిర్భూత మొనరించునట్టియు భోజనము విషముకంటె భయంకరమయినది. కాఁబట్టి యది సత్వరత్యాజ్యము. భుక్తియే నిశ్చయముగ మనకు ముక్తినిఁగాని, మిత్తినిఁగాని నొసంగ సమర్థమయి యున్నది.

మితమును నుత్తమాహారము దేహారోగ్యమును బెంచి మోక్షసౌఖ్యము నిచ్చును. అమితమగు నస్వాభావికాహారము వ్యాధులఁ గలిగించి మరణదుఃఖము నొదవించును. అధికముగా గాలి నింపుట చే రబ్బరుతిత్తి పగిలిపోవువిధంబున నధిక భోజనముచే రబ్బరుకంటె మృదులమయియుండు మన జీర్ణకోశము మనకుఁ గానరాకుండ లోలోన బ్రద్దలయి పోవుచున్నది.

యువజనులారా! మీరీ హాస్యముల నప్పుంటి నెఱింగి దేహారోగ్యమునకును, దేహసంరక్షణమునకును మాత్రమే భుజించుఁడు. నాలుక రుచుల కలవడి వ్యాధులఁ గొనితెచ్చి కొనుట కారగించకుఁడు. సుఖులయి జీవించుటకు భుజించుఁడు. దుఃఖితులయి మరణింప భుజింపకుఁడు. అమెరికా దేశమందలి సుప్రసిద్ధ భిషగ్వరుఁడగు మ్యాక్ఫ్యాడెను మహాశయుఁ డిటుల వచించియున్నాఁడు:--" వర్తమానమయిన మనుష్యజాతి భోజనవ్యాజమున నాహారపదార్థముల నెన్నింటినో వ్యర్థము గావించి వేయుచున్నది. నేఁడు లోకులు మనుజుఁ డారగించు భోజనముచే నలువురదేహముల యథోచితముగ నారోగ్య

వంతములుగ నుండునటులఁ బోషింపవచ్చును. సుభిక్షమందు విశేషముగా భుజించి వ్యాధిగ్రస్తులై మరణించు జనుల సంఖ్యకంటె దుర్భిక్షమందన్నము లేక యుపవాసములచే మృతి నొందు జనులసంఖ్య చాల స్వల్పముగ నున్నదని నేను నాదీర్ఘ కాలానుభవముచే గ్రహింపఁ గలిగితిని."

సామాన్యముగా లోకమునఁ గలుగుచుండు క్షామములకుఁ దిండిపోతులే కారణభూతులు. అమితముగ భుజించు వాఁడు తనకును, తన కుటుంబమునకును, దేశమునకును, తుదకఖిలమున కధినాయకుఁడగు పరాత్పరునకును ఘోరమగు నపకార మొనరించినవాఁ డగుచున్నాఁడు. కేవల భోజన ప్రియుఁడు తనకుఁ దానే శత్రువు.

లోకమం దనేకులు దివారాత్రములు కాయకష్ట మొనరించుచునుండియు దారాపుత్రాదులకు వలసినంత గంజి నీటినయిన నొసంగఁజాలక, అన్నమో రామచంద్రా యని యాక్రందించుచు, నిరాహారులయి యసువులఁ బాయుచుండ, యుక్తాయుక్తజ్ఞానశూన్యులగు ధనాఢ్యులు రుచుల కలవడి నెక్కుడుగ భుజించి, జీర్ణింపఁజేసికొనలేక, వివిధములగు నౌషధముల సేవించుచు వ్యాధులపాలఁ బడుచున్నారు.

దేశమందు మిక్కుటముగా భుజించునట్టి మూఢులవల ననే యంటువ్యాధులు మితిమీఱిపోవుచున్నవి. జిహ్వేంద్రియ చపలత్వమునకును, రుచులకును, కుక్షికిని, దాస్యము నొందు ధనాఢ్యులకీ విశ్వమందు సంపాదించుట, భుజించుట, మల విసర్జనమున కరుగుట, విషయాదుల సేవించుట యను నివియే ముఖ్యకర్తవ్యములుగ నున్నవి.

మనుష్యుఁడు తన యవివేకముచే నాహారధర్మమును గుర్తింపఁజాలక భయంకరరోగ నరకాగ్నికీలల కాహుతి యగుచున్నాఁడు. వ్యాధులు నిర్నిరోధముగ, నిర్భయముగ నమితాహారులపై దాడివెడలురీతి మితాహారుల నాక్రమింప సాహసింపనేరవు. అమితత్వమునుండియే మృత్యువు ప్రాదుర్భవించియున్నది.

యువకులారా! అమితముగ భుజించు దుష్టవ్యసనమును మీరు లోకహితము నపేక్షించి విసర్జింపకున్నను మీహితము నారసియయిన బహిష్కరించివేయుఁడు. స్వలాభమునయిన గుర్తింపఁజాలని మానవుఁ డెంతటి యధమాధముఁడు! అశ్వారోహి కళ్లెమును వదలివైచి, యశ్వమును యథేచ్ఛగాఁ బరుగెత్తనిచ్చినచో నది యాగుట్టపురౌతును వక్రమార్గమునకు గొనిపోయి, ఏ ఖాదయందునో పడవేయఁగలదు.

జిహ్వను వశమునం దుంచుకొని, కావలసినంత మితాహారమునే భుజించుచు నుండక స్వేచ్ఛగా సంచరింపనిచ్చినచో నా రసనేంద్రియ మతిచపలమయి మనుజు ననేకములగు వికృతాహారముల నమితముగ భుజింపఁ బ్రోత్సహించి వానిని భయంకరరోగముల కధీనుని గావించును. మనుజుఁ డనాయాసముగ నెంత యాహారమును జీర్ణ మొనరించుకొనఁగలఁడో, అంతియే భుజించుట శ్రేయస్కరము. నిత్యాభ్యాసముకంటె నొకటి రెండు కబళములఁ దగ్గించిన హాని కలుగనేరదు. కాని యొక్క కబళము నధికముగ భుజించినను దేహమున కపారమగు నష్ట మవశ్యము కలుగఁగలదు. మనువు యమితాహారము నిటుల వర్ణించియున్నాఁడు:—

"అనారోగ్యం అనాయుష్యం అస్వర్గ్యం చాఽతిభోజనం
అపుణ్యం లోకవిద్విష్టం తస్మాత్తత్పరివర్జయేత్."
—మనుస్మృతి.

"అతిభోజనము రోగముల వర్ధిల్లఁజేయును. ఆయువును హరించును. నరకమును ప్రసాదించును. పాపముల నాచరింపఁజేయును. లోకనిందను గలిగించును. కావున నియ్యది సత్వర పరిత్యాగ యోగ్యమయినది."

మితాహారమారోగ్యమును, బలమును, తేజమును, బుద్ధిని వివేకమును, వికాసమును బ్రసాదించును. అమితాహారము రోగములను, దుర్బలత్వమును, నిస్తేజమును, దుర్బుద్ధిని అవివేకమును, దుర్విషయచింతనాసక్తిని గలిగించును. ఈరహస్యము నెఱింగియే మనపూతచరిత్రులగు మహర్షు లుపవాస చికిత్సయొక్క ప్రభావమును మిక్కిలి యుగ్గడించియున్నారు.

ఒకతూరి శ్రీ బుద్ధభగవానుఁ డొక గ్రామబాహ్యమందలి యామ్రనికుంజమున విడిసియున్నాఁడని విని యస్వస్థచిత్తుఁడగు నొక గ్రామవాసి యాదేవుని దివ్యసన్నిధి కరిగెను. రసాలవనమున కతఁ డట్లరిగి వృక్షతలమునఁ బద్మాసనాసీనుఁడై యున్న బుద్ధదేవుని నీరీతిఁ బ్రశ్నించెను:—

గ్రామవాసి—భగవాన్! విశ్వమందు మానవులలో వ్యర్థజీవనుఁ డెవఁడు?

బుద్ధ—అమితాహారియే లోకమున వ్యర్థజన్ముఁడు.

గ్రామవా—మహాపురుషుఁ డెట్టివాఁడు?

బుద్ధ—మహాపురుష శబ్దమున కనేకు లనేకములగు నర్థముల జెప్పుచుందురుకాని, అహంకార మమకారముల విసర్జించినవాడే మహాపురుషుఁడు.

గ్రామవా—దేవా! మహాపురుషోచితములగు పురుషార్థము లెట్లు లభింపగలవో నుడువవేఁడెద.

బుద్ధ—మనోవశీకరణముననే సకలపురుషార్థములు సిద్ధించుచున్నవి.

గ్రామవా—మనస్సును వశ మొనరించుకొను టెట్టులఁ బొసగ నేర్చును?

బుద్ధ—మితాహారముచే దేహమును పోషించుకొనుచున్నచోఁ జిత్తచాంచల్య ముడుగును. అపుడు చిత్తము మానవుని బుద్ధికి సంపూర్ణముగా స్వాధీనమయిపోవును.

గ్రామవా—మహాత్మా! ఆహారమునకు మిత మెంతవఱకు?

బుద్ధ—కేవలము క్షుద్బాధ నివృత్తియయి దేహమును బోషించుట కావశ్యకమగునంత యాహారమే మితమయినది.

గ్రామవా—ప్రభూ! ఆహారమును మితముగా భుజింపవలె నంటిరి. ఆ యాహార మెట్టిదయి యుండవలయును?

బుద్ధ—మానవుని యాహారము ప్రకృతిసిద్ధమయి, ప్రకృతిచేతనే బరిపక్వ మొనరింపఁబడినదయి యుండవలయును.

గ్రామవా—దేవా! తమరు నుడివినవిధముగ సంబారములేని పదార్థముల భుజించిన రుచి కలుగు టెట్లు?

బుద్ధి—రుచి సంబంధములు లేవు. ప్రతి మనుష్యుఁడు కాని కష్టము నరించుము బాగుగా నాకలి కలిగినప్పుడు దినమున కొక్క పర్యాయమో, రెండు పర్యాయములో సకాలమున భుజించుచున్న సాత్త్వికాహారమునందే రుచి కలుగఁగలదు. నీ వారగించు ప్రతిపదార్థమును నమలికొలఁది రుచికలుగును. ప్రాతస్సాయంసమయములందుఁ దప్ప మఱే యేయితర సమయములందును జిహ్వాచాపల్యముచేఁ జూచిన పదార్థములనెల్ల భుజింపకున్న మితమును, సాత్త్వికమును నగు నాహారమునందే మిక్కుటముగ రుచి కలుగఁగలదు. ఉదయమాది సాయంకాలమువఱకు పలువిధములగు భక్ష్యముల నారగించువారికి స్వాభావికాహారమునందు స్వాభావికమగు రుచి కలుగనేరదు.

గ్రామవాసికి శ్రీ బుద్ధదేవుఁ డుపదేశించి యుండిన వాక్యములు ప్రతిమానవునకు సకాలమందు నియమపూర్వకముగ, మితముగ సాత్త్వికాహారమును మాత్రమే దేహసంరక్షణార్థము భుజింపవలసినదని బోధఁ జేయుచున్నవి. ఉత్తమ మానవుఁడు ప్రకృతి నియమోల్లంఘనవలననే యనారోగ్యము నుండియు, భయంకరములగు వ్యాధులనుండియు, తజ్జన్యములగు దుఃఖము నుండియు బాధింపఁబడుచున్నాఁడు. మనుష్యుఁ డింద్రియనిగ్రహము లేనివాఁడగుటచే సౌఖ్యాపేక్షచే శతవిధములగు భక్ష్యముల నారగింప నభిలషించుచున్నాఁడు. వాఁడు శతవిధములగు భక్ష్యముల ననుభవించి సౌఖ్యమునకు మాఱుగా దుఃఖములను, శతరోగములను గొని తెచ్చుకొనుచున్నాఁడు.

మనుష్యుఁడు నల్పాహారమును మితముగ నమలి తినుచున్న వాని జీర్ణకోశము స్వస్థమయి, బలిష్ఠమయి

శతవర్షాయుర్దాయము నొసంగఁగలదు. ఈ రహస్యము నెఱింగియే అమెరికాదేశముయొక్క విఖ్యాతయంత్రకారుఁడగు ఎడిసను మహాశయుఁ డిటుల నుడివియున్నాఁడు:—

"If you conquer your tongue only, you are sure to conquer your whole body and mind at ease."

"మనుష్యుఁడా! నీవు నీ జిహ్వేంద్రియమును వశపఱచుకొందువేని నీ సమగ్రదేహమును, మనస్సును స్వాధీనమొనరించుకొనఁ గలుగుదు వనుట సత్యము."

ఎడిసను మహాశయుని యీవాక్యము మోక్షమార్గమును బ్రదర్శించుచున్నది. ఈవాక్యముయొక్క యాదర్శమును గ్రహించి జిహ్వేంద్రియ చాపల్యము నరికట్టు మనుష్యుఁ డవశ్యము సకలేంద్రియ శక్తి సంపన్నుఁడయి, దుఃఖపరిణామదాయకములగు విషయముల యాక్రమణములకు గుఱికాకుండ నుండఁగలఁడు. జిహ్వనే సంస్కృతభాషయందు రసనమనియుఁ జెప్పుదురు. కారణ మేమన నదియే శృంగార, వీర, శాంతాది నవరసముల నుత్పన్నము సేయుచున్నది.

సాత్వికభోజనముచే శాంతరసమును, రాజసభోజనముచే శృంగారరసమును, తామసభోజనముచే బీభత్స రౌద్రాది రసములును నావిర్భూతము లగుచున్నవి. ఈ నవరసములందే రస మధిక పరిమితియం దుండునో రసములన్నియు దానికి వశమయి యుండఁగలవు. ఉపనిషత్తులయందు సయితము మీ వాక్యమును బలపఱచు సిద్ధాంతము లెన్నియో కలవు.

"ఆహారశుద్ధౌ సత్త్వశుద్ధిః సత్త్వశుద్ధౌ ధ్రువా స్మృతిః,
స్మృతిలబ్ధే సర్వగ్రంథీనాం విప్రమోక్షః."

—ఛాందోగ్యోపనిషత్తు.

"ఆహారశుద్ధిచే సత్త్వశుద్ధియు, సత్త్వశుద్ధిచే నిర్మల మగు స్థిరబుద్ధియు, పవిత్రాచంచలబుద్ధిచే మోక్షమును సులభముగాఁ గరతలామలక మగుచున్నది."

కావున యువజను లిహపర సౌఖ్యానందముల ననుభవింప వాంఛింతురేని నిత్యము నియమితసమయమున సాత్త్విక మగు నల్పాహారమును భుజించుట శ్రేయస్కరము.

"As a man eateth so he becometh."

"తాను భుజించెడి యాహారమును బట్టియే మనుష్యు డేర్పడుచున్నాఁడు."

నియమితరూపమున రెండు సంవత్సరములకాలము సాత్త్వికాహారమును భుజించుచున్నచో మనుష్యునియం దంతకుఁ బూర్వముఁ గల పాపబుద్ధియు, దుర్బలత్వమును నశించిపోవ వానియందు నవ్యతమములగు స్వర్గీయ తేజోబలములు ప్రకటితములు కాఁగలవు.

మానవదేహము యెముకలు, చర్మము, మాంసము, రక్తము, నరములు, క్రొవ్వు, పిష్టము మొదలగు వివిధపదార్థములచే నిర్మింపఁబడియుండుటవలన దాని పోషణమునకు వివిధ ప్రభావోత్పాదకమగు నాహార మావశ్యకమయి యున్నది. మానవుఁడు తన జీవితకాలమంతయు వరియన్నము నొక్కదానినే భుజించుచున్న వ్యాధిగ్రస్తుఁడయి మరణించఁ గలఁడు. బియ్యమందుఁ గేవలము పిష్టపదార్థమును, చక్కెరయు మాత్రమే కలవు. చక్కెర, పిండి కలిసి దేహమును

బోషింపఁజాలవు. శరీరమందలి వివిధవస్తువులను బోషించుటకు నానావిధపదార్థము లావశ్యకములయి యున్నవి. మొత్తముమీఁద మనదేహమునకు 5 విధములగు నాహారము లావశ్యకములయి యున్నవి. ఆ 5 విధములగు నాహారపదార్థములనుగూర్చి యొకింత ముచ్చటించుట యావశ్యకమే యగును.

1. మాంసాహారము

మాంసాహార మనఁగా జంతువులను సంహరించి వాని మాంసమును వండుకొని తినుట కాదు. మనదేహమందుఁ గల మాంసమును వృద్ధిఁగావించెడి యాహార మని తాత్పర్యము. ఈ మాంసాహారముచే శరీరమందలి కండరములు పెంపొందును. మఱియు సుదృఢము లగును. శరీరమున కావశ్యకమగు మాంసమును వృద్ధిఁ గావించునట్టి యాహారములోనికెల్ల మాంసాహారమే ముఖ్యమైనది. మాంసము లేనిచో మానవుని దేహము బలాఢ్యమును, సుందరమును నయి యుండఁ జాలదు. ఈ మాంససారము పాలలోఁ జేసెడి జున్నుయందు మిక్కుటముగా నుండుచున్నయది. ఇయ్యది వేరుసెనగలయందును, కాయధాన్యములందును విశేషముగా వెలయుచున్నది. మాంస వర్ధకములగు నీయాహారముల జీర్ణింపఁజేసికొనువారె దేహ బుద్ధిబలములు వృద్ధినందఁగలవు.

2. క్రొవ్వు నిచ్చెడి యాహారము

దీపము వెలుగుటకుఁ దైల మావశ్యక మయినటుల మానవుని దేహము ప్రకాశవంతమయి మృదువుగా నుండుటకుఁ గ్రొవ్వు మిక్కిలి యావశ్యక మగుచున్నది. క్రొవ్వు

మానవునియందు విశేషముగా నున్నకొలఁదియు వాఁడమిత జవసత్వములు కలవాఁడయి యుండఁగలఁడు. క్రొవ్వుపదార్థము విశేషముగ నువ్వులందును, అక్రోటు, బాదము మున్నగువానియందును లభించుచున్నది. క్రొవ్వు మానవుని దేహమున బలిసినకొలఁదియు వానిమెదడును, నరములును బలిష్ఠములగును. దీనిసారము మానవదేహమునందు వెట్టను బుట్టించి దానిని సంరక్షించుచుండఁగలదు. దుగ్ధమునుండి వచ్చు నవనీతమందును, నవనీతముచేఁగలుగు ఘృతమందును, విశేషముగానీ క్రొవ్వుపదార్థము లభించుచున్నయది. క్రొవ్వుపదార్థము కొన్ని ధాన్యములందును ప్రాప్తింపఁగలదు.

3. పిష్టము నిశ్చిత యాహారము

పిష్టమనగాఁ బిండి. ఈ పిష్టాహారమునుండియే చక్కెరయుఁ గలుగుచున్నది. పిష్టసారము శరీరముయొక్క సమస్తావయవములకు నావశ్యకమయియున్నది. పిష్టసారముచే దేహమున కావశ్యకమగు నుష్ణము కలుగుచున్నది. ఈ పిండిపదార్థము క్షీరమందు స్వల్పముగను, ఉర్లగడ్డ, చిరుగడమంప, పెండలము, గోధుమలు మొదలగువానియం దధికముగను లభింపగలదు. పిష్టము నొసంగెడి యీపదార్థములందే దేహసంరక్షణమున కావశ్యకమగునంతటి పరిమాణమందుఁ బంచదారయు నుండుచున్నయది.

4. లవణాహారము

లవణాహారమందు-ఉప్పు, సున్నము మొదలగు ఖనిజపదార్థములు చేరియున్నవి. ఈ యుప్పు, సున్నము మొదలగు ఖనిజపదార్థములు విశేషముగ ఫలములందు వెలయుచుండును.

మనము భోజనముం దుపయోగించు లవణమందును శరీర మునుం బోషించు శక్తి గలదు. ఇట్టి ఖనిజపదార్థములచే మానవుని యస్థిపంజరము గట్టిపడుచున్నది. ఎముకలు మిక్కిలి దృఢములయి దేహదార్ఢ్యమును వర్ధిల్లంజేయు చున్నవి. తగినంత లవణము నిచ్చు భోజనముగాని, మన మారగించెడి యాహారములందుంగాని సమృద్ధిగ నుప్పు నుపయోగింపకున్నచోం బ్రేవులందుం గ్రిములు పుట్టి, పెక్కువ్యాధులకుం గారణములగును.

5. జలాహారము

విశేషముగ దేహమునకు జలము నొసంగెడి యాహారమునకే జలాహారమని పేరు. మన మారగించు ప్రతిపదార్థమందు జలము కలిసియే యుండుచున్నయది. ఫలములందును, పాలు, పెరుగు, మజ్జిగ మొదలగువానియందును జలము విశేషముగ నుండును. ఈ జలసారము జీర్ణకోశమునకును, మనము తినెడి యాహారమును ద్రవమొనరించుటకును మిక్కిలి తోడ్పడంగలదు. ఈ జలసారమునకును, పేయజలమునకును విశేషమగు తారతమ్యము కలదు. పాలు గోధుమలు, కొబ్బరికాయ మొదలగు వానియందు సక్రమ దేహపోషణమునకు వలయు పంచవిధములగు నాహారములును గలవని నేంటి ప్రకృతిశాస్త్రజ్ఞులు నుడువుచున్నారు.

మానవుని దేహము కేవల మొక చర్మముచేంగాని రక్తముచేంగాని, నిర్మింపంబడినది కాకపోవుటచే దానిని సశాస్త్రీయముగం బోషించుట కావశ్యకములగు వివిధాహారములను గూర్చి వచించియున్నాండను. ఆ యాహారము

లన్నియు సంబారములతోఁ జేర్పఁబడియుండనిచో సాత్వికము లనఁబఱఁగి దేహారోగ్యమును వృద్ధిఁగావించును. సమస్త విధములగు సారమునిచ్చు గుణము క్షీరమునం దుండుటవల ననే శిశుదేహపోషణమున కెంతయుఁ బ్రయోజన కరమయి యున్నది. ప్రపంచమందలి మానవజాతులు కలిగియున్న యాహారము లన్నింటిని మూఁడువిధములుగ విభాగింప వచ్చును. అవి యేవన-1 సాత్వికాహారము, 2 రాజసా హారము 3 తామసాహారము. ఈ యాహారత్రయమును మించి విశ్వమునందు వేఱొక యాహార మున్నటులే కాన రాదు.

1. సాత్వికాహారము.

సాత్వికాహారము సత్వగుణప్రధాన మయినది. ఇది పరిశుద్ధమును, రసయుక్తమును, లఘువును, మధురమును నయి యుండుటచే వివేకసంపన్నుల ప్రేమకుఁ బాత్రమగు చుండును. సృష్టియందలి సమస్తమానవుల కీ సాత్వికాహార మునే దయానిధియగు సర్వేశ్వరుఁడు విధించియున్నాఁడు విజ్ఞానధనులగు మన ఋష్యాదు లీ సాత్వికాహారము ననంత ముఖముల స్తుతించియున్నారు. వేదములయందును, దీని ప్రశస్తినిఁ దెలుపు వాక్యము లనేకములు కలవు. ఆయు ర్వేదము సాత్వికాహారస్వీకారముచే మానవుఁ డెటుల శత వత్సరములకాలము జీవింపఁగలఁడో యెలుఁగెత్తి చాటు చున్నది.

గోధుమలు, జొన్నలు, యవలు, తవిదలు, సజ్జలు, బియ్యము, కొఱ్ఱలు, కందులు, మినుములు, సెనగలు, పెసలు,

పాలు, నెయ్యి, చక్కెర, సైంధవలవణము, పెండలము, కంద, చిరుగడదుంప, చామదుంప మొదలగు దుంపపదార్థములును, పరిపక్వములగు ఫలములును, కాయగూరలును, వేరుసెనగ బాదము, అక్రోటు మున్నగున వన్నియు సాత్వికాహారమందే చేర్పఁబడియున్నవి. ఈ సాత్వికాహారము స్త్రీల కేమి, పురుషుల కేమి, గృహస్థుల కేమి, సన్న్యాసుల కేమి వీరు వారను భేదములేక సమస్తమానవులకు ఖాద్యమయి యున్నది. ఖాద్యమునుగూర్చి స్మృతికారులు ప్రకటించి యున్న యభిప్రాయమును విలోకించుఁడు.

"సైంధవం కదళీ ధాత్రీ పనసామ్ర హరీతకీ,
గోక్షీరం గోఘృతంచైవ ధాన్యముద్గతిలా యవాః

—మనుస్మృతి.

"లవణము, కదళీఫలములు, ఉసిరిక, పనస, రసాలము, కరక్కాయ, గోక్షీరము, గోఘృతము, ధాన్యములు, దనియాలు, పెసలు, తిలలు, యవలు భుజించుటకుఁ బ్రశస్తములయినవి."

సాత్వికములగు నీ యాహారములచే మానవుని జీర్ణకోశము సుస్వస్థమును, సుదృఢమును గాఁగలదు. సాత్వికాహారియొక్క దేహము తేజస్సంపన్న మగును. వాని బుద్ధివివేకములు వృద్ధియగును. ఆరోగ్యమను మహాభాగ్యముయొక్క యథార్థసౌఖ్యము ననుభవింప నతఁడే యెల్లవిధముల సమర్థుఁడు. సర్వజ్ఞుఁడగు పరాత్పరుఁడు మానవజాతి హితమును, సౌఖ్యమును, ఆనందమును, శాంతిని, దీర్ఘాయువును నపేక్షించియే యిట్టి సాత్త్వికాహారముల భూమండలమునందంతట విరివిగా సృష్టించియున్నాఁడు.

2. రాజసాహారము

రజోగుణ ప్రధానమయినదే రాజసాహారము. అధి కోష్ణము గలదియు, కటుకగా నుండునదియు, కారముగా నుండునదియు, ఉప్పగా నుండునదియు, అతిమధురముగా నుండునదియు, కఠినముగా నుండునదియు, గాటుగా నుండు నదియు, పుల్లగా నుండునదియు, తైలయుక్తమయినదియు, దూషితమయినదియు, గరిష్ఠమును నగు పదార్థము లన్నియు రాజసాహార మునందున్నవి. గారెలు, బూరెలు, హల్వా, మిఠాయి, పకోడీ, జిలేబీ మొదలగు పిండివంట లును, చింతపండు, మిరపకాయలు, కారము, మిరియాలు, చమురు, ఇంగువ, నీరుల్లిపాయలు, వెల్లుల్లిపాయలు, ఆవాలు, మెంతులు, జీలకఱ్ఱ, ఏలకులు, జాపత్రి, లవంగములు, పోక చెక్కలు, తమలపాకులు, కోడిగ్రుడ్లు, తాబేలుగ్రుడ్లు, మాంసము, మత్స్యము, కాఫీ, తేయాకు, నల్లమందు, కోకో, సోడా, పొగాకు, గంజాయి-భంగు, బీడీ, సిగరెట్టు, సంబార ద్రవ్యములు మొదలగు నవన్నియు రాజసాహారమున ముఖ్యములు.

తేజస్సంపన్నులును నారోగ్యమును వాంఛించువారీ పదార్థముల నన్నింటిని సర్వదా త్యజింపబాధ్యులగుచున్నా రు. అస్వాభావికములగు నీపదార్థముల భక్షించుటవలననే మానవసంఘము నిస్తేజమయి, బలవీర్యవిహీనమయి, దుర్బల మయి, అస్థిపంజరమయి, నీతినిర్మలజ్ఞానశూన్యమయి జీవ చ్ఛవమువలెఁ గానవచ్చుచున్నయది.

"కట్వామ్ల లవణాత్యుష్ణ తీక్ష్ణ రూక్ష విదాహినః
ఆహారా రాజస స్యేష్టా దుఃఖశోకామయప్రదాః."

—భగవద్గీత.

"దుఃఖమును, శోకమును, రోగమును గలుగఁజేయునట్టియు, మిక్కిలి చేదు, ఉప్పు, పులుసు గలిసినట్టియు, కారముగ నుండునట్టియు వేడిపదార్థములను రజోగుణప్రధానులిష్టముతో నంగీకరింతురు."

భగవద్గీతయందలి యీశ్లోకముచే నుప్పు, పులుసు, కారములతోఁ గూడియుండు పదార్థములు సత్వగుణసంపన్నులకు ఖాద్యములు కానేరవని స్పష్టమగుచున్నది. అట్టి వేడి వస్తువులను గేవలము రాజసికులే స్వీకరింతురు. రజోగుణమెట్టిదో గ్రహించినచో రాజసికుల విలువయుఁ దెల్లము కాఁగలదు.

"కామ ఏష క్రోధ ఏష రజోగుణ సముద్భవః"

—భగవద్గీత.

లోకమును దగ్ధమొనరించి వేయునట్టి రాక్షసగుణములగు కామక్రోధములు రెండును రజోగుణసముద్భవములే యని భగవద్గీత చాటుచున్నయది. రాజసాహారము పరిత్యాజ్యమయిన దగుటవలననే పాశ్చాత్యులును దానిని మిక్కిలి నిరసించియున్నారు.

"మత్స్యములు, మాంసము, గ్రుడ్లు, ఎంద్రకాయలు, ఉల్లిపాయలు, ఆవాలు, ఉప్పు, కారము, అతిమధురపదార్థములు, గురుత్వముఁజేయు పదార్థములు, మిక్కుటముగ మసాలాయందుఁ బక్వమయిన పదార్థములు జితేంద్రియ సాధనమునకుఁ బ్రతికూలము లయినవి." డాక్టరు లూయీ.

నానావిధములుగ నున్న రాజసాహారముల భుజించు మానవుని మానస మతిచంచలమును, కామాంధమును, క్రోధోద్దీపితమును, లోభయుక్తమును, పాపగ్రస్తమును నయి పోవుచున్నది. తామస పదార్థముల భుజించువాని రోగము, శోకము, దుఃఖము, దైన్యము లనుదిన మభివృద్ధిఁ జెందును. వాని యాయువు, తేజము, సామర్థ్యము, సౌభాగ్యము శీఘ్ర కాలమందే లోపించిపోవును. రాజసాహారప్రియుని దేహము వ్యాధిగ్రస్తమగును. వానిచిత్తమును వికారదూషితమయి, చంచలమయి నానాఁటి యున్మత్తప్రాయ మయిపోయి దుర్భర దుఃఖకారణమగును. రాజసాహారము సమస్తరీతుల సకల మానవాళికి సత్వరపరిత్యాజ్య మనుటలో సందేహము లేదు.

3. తామసాహారము

తమోగుణ ప్రధాన మైనదే తామసాహారము. రాజసాహారమునకును, తామసాహారమునకును విశేషమగు భేదము లేదు. తామసాహారమును రాజసాహారమందలి యొక భాగమని నుడివినను నుడువవచ్చును. చల్దులు, రసహీనమగు నాహారము, కుళ్ళినయాహారము, దుర్గంధపూరితమగు నాహారము, పాఁచిపోయిన వస్తువులు మొదలగున వన్నియు నింద్యములు.

ధాన్యాదులుగాక, పాక మొనరింపఁబడి నిలువయుంచఁబడిన పదార్థములన్నియుఁ గలిసి తామసాహార మనఁబడుచున్నవి. తామసాహారముచే మనుజుఁ డొక భయంకరరాక్షసుఁడును, దీర్ఘరోగియు, దుఃఖితుఁడును, బుద్ధిహీనుఁడును,

క్రోధాంధుఁడును, లుబ్ధాగ్రేసరుఁడును, అలసుఁడును, దరిద్రుఁడును, అధర్మాత్ముఁడును, పాపాత్ముఁడును, అల్పాయుష్మంతుఁడును నయి జీవితాంతమున నరకగామి యగుచున్నాఁడని భగవద్గీత వచించుచున్నది.

ఆహారమును మనము దేహపోషణమునకును, క్షుద్బాధానివృత్తికిని, సౌఖ్యానందప్రాప్తికిని సదా యపేక్షించవలసినవారలమయి యుండుటచే మూఢులవలె రాజసతామసాహారముల స్వీకరించి ధర్మమునకును, సౌఖ్యమునకును దూరులమగుట సమంజసము కానేరదు. జీవితోద్దేశ్యములగు విశుద్ధానందశాంతుల కెట్టి భంగమును గలిగింపనట్టియు, ధర్మమునకు విరుద్ధము కానట్టియు, పరిశుద్ధమగు సాత్వికాహార పదార్థములు ధరణీతలమునం దంతట వ్యాపించియుండ మనము నేత్రములు గల యంధులవలెఁ జూచుచుఁ జూచుచుండగనే తామసరాజసాహారము లను యగ్నిజ్వాలల కాహుతియగుట యేటి వివేకము ?

మనుష్యుఁడయి జన్మించి, సౌఖ్యానందముల ననుభవించి, తనజీవితమును సార్థక మొనరించుకొనఁ గోరు ప్రతివాఁడును స్వప్నమందును రాజస తామసాహారముల స్మరింపక సాత్వికాహార పక్షపాతియయి జీవయాత్ర సేయదగును. సాత్వికాహారమును నిలువయుండి పాఁచిపోయినను, చల్దియయినను తామసాహారముగనే పరిగణింపఁ బడఁగల దని యువజనులు గుర్తింప వలసియున్నది.

సాత్వికాహారము ఖాద్యమే కదాయని మితముదప్పి భుజింపరాదు. ప్రపంచమండలి సమస్తమయిన కీళ్లకు నమి

తత్త్వమే మూలకారణ మను రహస్యమును జిరస్మరణీయ ముగ భావింపఁదగును. ఆహారములలోని కెల్ల సాత్త్వికాహారమే ఖాద్య మనియు, శ్రేయస్కరమనియు వచించియుంటిని. అట్టి సాత్త్వికాహారమునే నమలి తినుట యావశ్యకమనియు మీరు చదివి యున్నారు.

యంత్రములచేఁ దయారగు బియ్యమునం దెట్టిసారము లేకుండ నశించి పోవుచున్నది. కావున దంపుడుబియ్యము మన యాంధ్ర దేశీయులకు భుజించుటకు దేహారోగ్యకరముగ నుండఁగలవు. బియ్యముకంటె గోధుమలు దేహారోగ్యమున కును, బలవీర్య సమృద్ధికిని మిక్కిలి శ్రేష్ఠములయినవి. గోధుమలు మొదలగు ధాన్యములకంటె దుగ్ధాహారము ప్రశస్త మయినది. దుగ్ధాహారముకంటెఁ బరిపక్వ ఫలాహార ముత్కృష్టమయినది. ఫలాహార మత్యధికముగు ప్రాణశక్తిచేఁ బరిపూర్ణమయి యుండుచున్నది.

ఇతర సాత్త్వికాహారములందుకంటె ఫలములందు సూర్యతేజమును, విద్యుచ్ఛక్తియు నపారముగ వెలయుచుండును. సూర్యతేజమును, విద్యుచ్ఛక్తియు దేహమందలి మాలిన్యమును, విషక్రిములను హరించుటయం దమోఘము లగు నౌషధములవలెఁ బనిసేయఁగలవు. ఫలాహారిని వ్యాధులు సులభముగా నాక్రమింపఁజాలవు. ఫలాహారముచే బుద్ధి యత్యంతము వికసించును. వీర్యము వృద్ధినందును. రక్తము పరిశుద్ధమగును. తేజము వర్ధిల్లును. వికారము లుడుగును. ఉత్సాహము ప్రబలమగును, ధైర్యము

పెంపొందును. ఫలాహారము మానవుని దేవతాపురుషు నొనరించు ననుటలో నతిశయోక్తి లేదు.

ఫలాహారముయొక్క యమోఘములగు ప్రయోజనములను గుర్తించియే మన ప్రాచీనఋషీశ్వరులు తమకు దాసులయి యుండిన భూపాలురు తమ కనుసన్నలపై ధనరాసులఁ గుమ్మరింపఁ గటిబద్ధులయి యుండినను, షడ్రసోపేతములగు రాజాన్నముల ననుక్షణము సిద్ధ మొనరింప సన్నద్ధులయి యుండినను వానిని తాకుటకేని సమ్మతింపక, కందమూలఫలాదులనే తమ శాశ్వతాహారముగ స్వీకరించి యుండిరి. తమ ఖాద్యమగు సాత్వికాహారప్రభావముననే వారెన్నియో శతాబ్దములకుఁ దొలుత మరణించియుండియు నేఁటికిని కీర్తికాయులయి, సమస్త మానవప్రపంచముచే నధిక తేజస్సంపన్నులుగను, ఓజస్సంపన్నులుగను, బుద్ధిమంతులుగను, శాంతస్వభావులుగను, నిష్కళంక బ్రహ్మచారులుగను, దైవికశక్తియుక్తులుగను భావింపఁబడుచున్నారు. వా రారగించియుండిన సాత్వికాహార పరిణామమే నేఁటికిని సమస్తప్రపంచ జ్ఞానవిజ్ఞానములకును ముఖ్యావలంబనమయి వెలయుచున్నది.

ఫలాహారముచే నిజశరీరములఁ బోషించుకొని, ఎట్టి వ్యాధులును లేక సౌఖ్యవంతులయి, ఇహపరముల సాధించి యుండిన ఋషిపుంగవుల సంతతివారమగు మనము నేఁడు చపల చిత్తులమయి, జిహ్వాచాపల్యమునకు వశులమయి, రుచికి దాసులమయి స్పృశింపరానట్టియు, స్మరింపరానట్టియు వివిధములగు సంబారములతోఁగూడిన వికృతాహారమును

మితిమీరిన దంతముల కెట్టి పనిని గల్పించకయే మ్రింగుట కేమాత్రమును శంకింపకున్నారము. నేడు భరతవర్ష మనుభవించుచున్న దుస్థితికి స్వాభావికాహార నియమో ల్లంఘనము సయిత మొక ముఖ్యకారణ మని వచింపఁ దగును.

విద్యార్థులారా! నాశ్వరత్వమునుండి బ్రహ్మత్వము ను, సంపూర్ణజ్ఞానదశను మీపూర్వులవలెఁ బడయ నభిల షింతురేని సత్వర మీ నిముసమందే యస్వాభావికాహార మును మీ మీ యానుకూల్యమునుబట్టి విసర్జించి వేయుటకు శపథమును బూనుఁడు. ప్రకృతిభోజనమును స్వీకరింప నారంభింపఁ జేయుఁడు. అపుడే మీరు యథార్థమగు విద్యను సముపార్జింపఁ గలుగుదురు. అపుడే మీరు దైహిక, మాన సిక పటుత్వము గలవారలయి, సదాచారులయి బుద్ధి మంతులయి, శక్తిసంపన్నులయి, స్వస్థదేహులయి సుఖింపఁ గలరు.

న్యాయసంగతమును, స్వాభావికమును నగు దేహ పోషణమునకు స్వచ్ఛమును, నాఘృతమంబును నగు సాత్వి కాహారమే సరిపోవుననుట విస్మరింపకుఁడు. సాత్వికాహార ముతోఁబాటు సమున్నతములును, సత్యములును నగు పవిత్ర భావములను, సత్ప్రవర్తనమును గలిగియున్నచో మీ దేహ ములు వజ్రసమానము లగును. మీ ముఖారవిందములు బ్రహ్మతేజస్సంపన్నములయి ప్రకాశింపఁగలవు. మీ యంతః కరణములు బలిష్ఠములయి, గంభీర శక్తిసంపన్నములయి యెట్టి యైహికాముష్మిక విషమసమస్యల నయిన సులభ

ముగాఁ బహిష్కరింపఁ సమర్థములు కాఁగలవు. దయానిధి యగు జగదీశ్వరుని నిర్వ్యాజకరుణచే మీ హృదయక్షేత్రముల నానాఁట సాత్వికాహారముపట్ల ననురాగాంకురములు కలుగుగాత!

— ——

ఇరువదియైదవ ప్రకరణము

మద్యపానము

"Where drink enters, wisdom departs,
When wine is in, wit is out—Shakespeare.

"మద్యపానము ప్రవేశించు తావునుండి జ్ఞాన మదృశ్యమగును. మద్యపాయియందు బుద్ధి యుండనేరదు"-షేక్స్పియరు.

మద్యము—కల్లు, సారాయి, బ్రాంది మొదలగు మాదక పేయపదార్థముల కెల్ల నర్థమిచ్చును. ఈశ్వరసృష్టిని భయంకరమగు నీ మద్యము విధ్వంసమొనరించునట్లే భయంకరపదార్థమును జేయఁజాలదు. స్వర్గమును నరకముగను, ప్రమదావనము నెడారిగను, శరచ్చంద్ర చంద్రికావిలసిత రాత్రిని గాఢరాత్రిగను, ప్రమోదభవనమును స్మశానభూమిగను గడియలందే మార్చివేయఁగల శక్తి మద్యమునందే విశేషముగ నున్నది.

మద్యపానముచే నెన్నియో సుప్రసిద్ధములగు విశాల సామ్రాజ్యములు ధరాగతము లయినవి. మహాబలపరాక్రమ సంపన్నులగు భూపాలురు క్రూరముగ వధింపఁబడిరి. లోక విఖ్యాతములగు రాజకుటుంబము లెన్నియో మద్యపానముచే మంటఁ గలిసినవి. కీర్తిసంపన్నులగు మహాకవు లెందఱో మద్యపానముచే నున్మత్తులై నీచమరణమునకుఁ బాల్పడియున్నారు.

మద్యముయొక్క క్రూరమహిమవలననే యాదవరాడ్వంశము పరస్పరము కలహించి నిర్మూలమయినది.

మద్యపానముచే నెందఱో యోధానుయోధులు శత్రుహస్తములం జిక్కి సులభముగా వధింపఁబడిరి. ఈ భయంకరమగు మద్యమే యెందఱో పుణ్యాత్ములచే, సాధుహృదయులచే, మృదులస్వభావులచే భయంకరములగు నరహత్యలం గావింపఁజేసినది. మద్యపానమువంటి దురభ్యాసమునకు లోఁబడియే మానవతీమణు లెందఱో తమ మానమును విక్రయించుకొనుటకేని శంకింపనట్టి నిర్లజ్జ లయినారు.

ఈశ్వరసృష్టియందుఁ గాననగు హత్యలకును, వ్యభిచారమునకును, చౌర్యమునకును మద్యపాన మొక ప్రబలకారణము. మద్యపానముచే నెట్టి దురాచారములు, ఘోరపాపములు, హత్యలు, కల్లోలములు, దురంతములు కలుగుచున్నవో యూహించినఁ దెలియకపోదు. ప్రాక్ప్రతీచీదేశములఁ బ్రస్తుతము కానవచ్చుచున్న రక్తపాతమునకును, ధనతృష్ణకును, సామ్రాజ్యతృష్ణకును, నిరంతర ద్వేషమాత్సర్యకలహములకును గల మూలకారణములలో మద్యపానము సయిత మొకటి.

క్షామముకంటె, అంటుజాడ్యముకంటె, తుపానుకంటె అతివృష్టికంటె, భూకంపముకంటె తుదకు మహాప్రళయముకంటె మద్యపానమే మానవలోక విధ్వంసకరమయినది. మద్యపానముచేఁ గలుగు నష్టములు వేద సారస్వతము మొదలుకొని నేఁటి శృంగారమయ సామాన్యభౌతిక వాఙ్మ

యముపఱకు వ్యాపించియున్న సమస్తగ్రంథములందు వర్ణింపఁబడియున్నవి.

ఆరోగ్యముగనున్న జ్ఞానసంపన్నుఁడు పాన మొనరించినంతనే నిమేషమాత్రకాలమునందు వాని నున్మత్తునిగను, మూఢునిగను జేసి వేయఁగలదు. ఈ మద్య మెంత క్రూరమయినదో విచారించినచోఁ బ్రతిమనుష్యునకును స్పష్టపడఁగలదు. మద్యము ప్రపంచమహాటవికి దవానలమువంటిది. కొందఱీ రహస్యము నెఱింగియే మద్యమును మిక్కిలి నిరసించియున్నారు.

"Where Satan can not go in person, He sends wine."

"కామదేవుఁడు (సైతాను) తాను స్వయముగాఁ బ్రవేశింపనేరని ప్రదేశములకుఁ దొలుత మద్యమునే పంపుచుండును."

యూదులయందీ సామెత మిక్కిలి గారవింపఁబడుచున్నది. మద్యపానముచేఁ గలిగిన మహానష్టము నెఱింగియే యూదులీసామెతను గల్పించియున్నారు.

కొన్ని సంవత్సరములకుఁ దొలుత ఫ్రాంసు దేశములోని బుద్ధిమంతులును, దేశహితపరతంత్రులును దమరాష్ట్రమందు ప్రతివత్సరము వ్యాధులు వృద్ధియగుచుండుటయు, జనసంఖ్య నానాఁట క్షీణించుచుండుటయుఁ గాంచి విచారాక్రాంతహృదయులయిరి. వారు తమదేశమునఁ బ్రతివత్సరము జన్మించువారికంటె మరణించువారిసంఖ్య విశేషముగ నుండుటకుఁ గల కారణముల దీర్ఘపరిశోధనముచే నన్వేషింపఁ గడఁగిరి.

పరిశీలనానంతరము వారి కనేకములగు దుష్టకారణములు తెలియవచ్చెను. దేశహైన్యస్థితికి దుర్వ్యసనములే మూలమని వారు గ్రహించిరి. హానికరములగు నా సమస్తదుర్వ్యసనములకును మద్యపానమే మూలమని యా మహానుభావులు నిశ్చయించిరి. రాష్ట్రాభ్యుదయమును గుఱించి సమావేశమయియుండినట్టి యొక మహాసభానివేదికయందు మద్యపానమును గూర్చి వారీచందమున వ్రాసియున్నారు:—

"సురాపానము కడు ఘోరమయినది. దానిచే మానవునియందు వెలయు స్వాభావికమగు ప్రేమప్రకాశ మంతరించును. అయ్యది మానవుని సమస్తధర్మముల విధ్వంసమొనరించును. మద్యపాయి తనజనకుఁ డెవఁడో, జనని యెవతెయో, సహోదరుఁ డెవఁడో, సహోదరి యెవరుకయో గ్రహింపఁజాలనంతటి యజ్ఞానస్థితికిఁ జిక్కును. వానికి బాగోగులు, మంచిచెడ్డలు, తప్పొప్పులు, నీచానీచములు సుంతయుఁ దెలియనేరవు.

అది వాని నెట్టి యపవిత్రకార్యాచరణమున కయినఁ బ్రోత్సహించును. చౌర్యము, వ్యభిచారము, ద్యూతము, హత్య మొదలగు పాపకార్యముల నాచరించుటయందు మనుష్యుని మద్యపానము దిట్టరి నొనరించును. మద్యపాయి రాజద్రోహి యగుటకుఁ గాని, ఆత్మహత్య నొనరించుకొనుటకుఁ గాని, మఱెట్టి ఘోరకృత్య మొనరించుటకుఁగాని యించుకేని శంకింపఁడు. సురాపానముచే మానవుఁడు జ్ఞానశూన్యుఁడయి, యున్మత్తుఁడయి యనుచిత సంభోగమునకేని సందేహ లజ్జా భయముల వెల్లడింపనంతటి పరమచండాలుఁ డగును.

సురాపానముచేఁ బక్షవాతము, అన్నకోశము కార్జము లుబ్బుట, అతిమూత్రవ్యాధి, క్షయ, న్యూమోనియా, ఉన్మాదము, రక్తనాళముల దుర్బలత్వము మొదలగు భయంకరవ్యాధు లెన్నియో కలుగుచున్నవి. ఈ వ్యాధులు సురాపాన దురభ్యాసము లేనివారికి సంప్రాప్తమయినఁ జికిత్సచే దూరమొనరింపవచ్చును. కాని మద్యపానలోలుర కీవ్యాధులు కలిగిన వానిని నిర్మూలింప మనలఁ బుట్టించిన బ్రహ్మదేవున కయిన సాధ్యము గాదు."

"వైకల్యం ధరణీపాత మయథోచిత జల్పనం;
సన్నిపాతస్య చిహ్నాని మద్యం సర్వాణి దర్శయేత్."

"మద్యపాన మొనరించువారియందు స్మృతివిహీనత, భయముఁ జెంది తత్తరపాటుతో భూమిపైఁబడుట, అనుచిత వాచాలత్వము మొదలగు సన్నిపాత లక్షణములన్నియుఁ గానవగుచున్నవి."

మద్యము ప్రకృతిసిద్ధమగు పదార్థము గాదు. అయ్యది క్రుళ్లిపోయిన పదార్థములోనుండి తయారగుచున్నది. సారాయి, బ్రాంది మొదలగునవి మద్యములలోనికెల్ల ప్రాణాపాయకరము లయినవి. మద్యము తీవ్రమగు విషమువంటిది. గాటుగల సారాయి కొన్ని నిమిషములందే మనుష్యుని మృతు నొనరించును. విశేషముగనున్న నీటిలో గాటుగల సారాయి యొక్క యొకటి రెండు బిందువుల వేసినచో నందున్న సూక్ష్మ జీవులును, మత్స్యాది జలజంతువులును దక్షణము మరణించును.

విషముకంటె నూఱువంతులు నీటితోఁ గలిసిన యొక వంతు సారాయి శీఘ్రము ప్రాణముల హరింప సమర్థమయి యున్నది. కోడిగ్రుడ్డులోని తెల్లని పదార్థమును బరిశుద్ధమగు సురాభాండమున వేసినచో నయ్యది పేరుకొని గడ్డకట్టి పోవును. మానవుని యన్నకోశము, హృదయము, కార్జము, కండరములు మొదలగునవి కోడిగ్రుడ్డులోని తెల్లని పదార్థమువంటి వస్తువుచేతనే నిర్మింపఁబడి యున్నవి. అందుచే మద్యపాన మొనరించువాని శరీరయంత్రమందలి యీ ముఖ్యాంగములు వికృతము లగుననుట కేమియు సందియములేదు.

ఇరువదిఆఱవ ప్రకరణము

++++++++++++

వ్యాయామము

"Be strong my young friends! That is my advice to you. You will be nearer to heaven through foot ball than through the study of Geeta."

—Swami Vivekananda.

"ఓ నా మిత్రులగు యువకులారా! మీరు బలాఢ్యులయి యుండుఁడు. ఇదియే నేను మీ కొసంగు నుపదేశము. గీతాపారాయణముకంటె మీరు కందుక ఖేలనముననే స్వర్గమును సమీపించఁగలరు" —వివేకానందస్వామి.

"లాఘవం కర్మ సామర్థ్యం దీప్తాగ్నిం మేదసః క్షయం
విభక్త ఘనగాత్రత్వం వ్యాయామా దుపజాయతే."

—ఆయుర్వేదము.

"వ్యాయామముచే భారము తగ్గి దేహము తేలికగా నుండును. శరీరము కార్యనిర్వహణమునకు సమర్థమగును. జఠరాగ్ని తేజరిల్లును. శరీరస్థౌల్యము నశించును. దేహమెల్లరీతుల బరిపుష్టమయి యుండఁగలదు."

"ప్రాయేణ శ్రీమతాం లోకే భోక్తుం శక్తి ర్నవిద్యతే
కాష్ఠాన్యపి హి జీర్యన్తే దరిద్రాణాం చ సర్వశః."

—మహాభారతము.

"ఆగర్భశ్రీమంతులు ప్రాయికముగా సుపక్వాన్నమునయిన జీర్ణింపఁ జేసికొనఁ జాలరు. దరిద్రులు కాష్ఠమునయిన జీర్ణింపఁ జేసికొనఁ గలిగియున్నారు."

"వ్యాయామము జీవకోటియొక్క యాహారములో నొక ముఖ్యభాగము. వ్యాయామశూన్యతయే సకలవ్యాధులకు మూలము. ప్రకృతియందలి బ్రహ్మానందము వ్యాయామ ప్రియుని వెఱటియందలి పెన్నిధియే."

—గాంధిమహాత్ముఁడు.

వ్యాయామము స్వర్గీయసౌఖ్యమున కొక యుత్తమ సాధనము. మనుష్యునకుఁ బ్రధానమయినట్టి యాహార చతుష్కములో నియ్యది చతుర్థము. వాయువు, జలము, ఆహారము లేనియెడల మనుష్యుఁడు వెంటనే స్వల్పకాలమే బాధపడి మరణించుచున్నాఁడు. కాని, వ్యాయామము లేని మానవుఁడు భుక్తాహారమును జీర్ణమొనరించుకొనలేక శరీరారోగ్యమునుగోల్పోయి, దుఃఖములఁ జివికి చివికి మానవ జీవితము నొక వ్యర్థమగు జంజాటమని భావింపఁగడంగు చున్నాడు.

వ్యాయామశూన్యతచే మానవుఁ డనుభవించు దీర్ఘ కాల నరకయాతనము జలాహార వాయురాహిత్యముచేఁ గలుగు బాధకంటె సహస్రగుణాధిక మయినది. మానవుఁడు పరిగ్రహించు జలాహారవాయువుల సార్థకపఱచఁగల శక్తి వ్యాయామమందే కలదు. జలాహారవాయువులు మూఁడును వ్యాయామముతో నైక్య మొందినపుడే సుందరమగు దేహా రోగ్యమునకుఁ బ్రయోజనకరములు కాఁగలుగుచున్నవి.

ప్రస్తుతకాలమందు గర్భదరిద్రులు కార్మికవృత్తి నవ లంబించి పొట్టకూటికయి కావించుచున్న కాయకష్టము ధనా ఢ్యుల సంపదలకంటె విశేషారోగ్యప్రదమయి సౌఖ్యమును

గలిగించుచున్నయది. వ్యాయామము బుద్ధిపూర్వకముగా నొనరింపఁబడినను, అబుద్ధిపూర్వకముగఁ గావింపబడినను దేహారోగ్యమును వృద్ధిఁ జేయుటకే సాధనభూత మగుచున్నది.

నేఁడు ధనాఢ్యులును, విద్యాధికులును వ్యాయామము నొక నీచమగు కార్మికవృత్తిగ భావింపఁ గడంగినారు. వారు వ్యాయామశూన్యతచే సంభవించుచున్న వ్యాధులను, దుర్భర దుఃఖములను ననుభవించుచుండియు వ్యాయామమునుగూర్చి శ్రద్ధ వహింపకుండు టెంతయు విచారకరము. ప్రకృతిశాసనములలో వ్యాయామ మతిప్రశస్తమయినది. భోగవిలాసపరులయి మాహాత్మ్యముచే నీ యుత్తమశాసనము నతిక్రమించువారు కఠినముగ శిక్షింపఁబడుదు రనుట సత్యము. ఏనాఁడు వ్యాయామ మీ భూతలమునుండి యదృశ్యమయి పోవునో, నాఁడే మహాప్రళయకాలముయొక్క ప్రథమదివసము.

వ్యాయామము రెండు విధములు. ఒకటి శారీరకము రెండు మానసికము. మానవజీవితమునకు శరీరమానసములు రెండును ప్రధానము లగుటచే నవి రెండును భుజించుపదార్థముల జీర్ణమొనరించుకొనుటయు నావశ్యకమయి యున్నది. ఆరోగ్యసిద్ధికిఁ దొలుత శారీరకపరిశ్రమయు, పిదప మానసిక పరిశ్రమయు నావశ్యకము లగుచున్నవి. శరీరమానసములు రెండును బరస్పరసంబంధ బద్ధములయి యున్నను దైహిక వ్యాయామము దేహపరిష్కరణమునకును, మానసిక వ్యాయామము మనస్సంబంధమగు పోషణసంస్కరణములకును నుపయోగించుచున్నవి.

శరీరవ్యాధులు దేహపరిశ్రమచే నశించును. మానసిక వ్యాయామముచే మానసికములగు దుర్గుణము లంతరించును. మాంద్య మొక భయంకరరోగము. మనుష్యుఁడేనుఁగుసత్త్వఁ గలిగియున్నను వికాసశూన్యమయి మొద్దువాఱియున్న మనస్సును గలిగియున్నచో వాఁడొక భయంకర రోగియే యగును. ప్రకృతి మనుష్యుల వ్యాయామశీలురయి విశ్వమందు జీవించుటకుఁ జక్కని నిబంధనల నేర్పఱచియున్నది. కాని మానవజాతి ప్రకృతిసిద్ధమగునట్టి వ్యవస్థ నెల్లవిధముల నతిక్రమించుటయందే తన శ్రేయస్సు కలదని భావించునంతటి మూఢస్థితికిఁ బాల్పడిపోయినది.

"Self preservation is the first law of nature."

"స్వయంసంరక్షణము ప్రకృతియొక్క ప్రథమసిద్ధాంతము." అను జ్ఞానము జనులయం దంతరించి పోయినది.

శరీరముయొక్క స్థూలశక్తులను, మనస్సుయొక్క సూక్ష్మశక్తులను బోషించుట కావశ్యకమగు వ్యాయామమును మానవలోకము విస్మరించినది. మానవుని యాహారములే దీని నొక ముఖ్యభాగముగ నుంచి సాత్త్వికభావయుక్తముగఁ జేసికొను టగత్యమయి యున్నది. ప్రాచీనకాలమందీ యార్యావర్తమున జన్మించియుండిన స్త్రీపురుషులు దమ యాహారమున కన్యులపై నాధారపడి యుండెడివారు కారు. ఎవరియాహారమును వారలే కాయకష్ట మొనరించి సంపాదించుకొనుచుండుటచే నాఁడు వ్యాయామము ప్రతిమానవుని జీవితమం దొక స్వాభావిక ధర్మముగఁ బరిగణింపఁ బడుచుండెను.

నేఁడు విద్యార్థు లయినవారలే తమ యాహార వస్త్రాదుల కన్నింటికిఁ బరులపై నాధారపడి యుండుటచే స్త్రీపురుషులందు సోమరితనము హెచ్చి వ్యాయామమును నిరుపయోగము పదార్థముగఁ జేసివైచినది. ప్రాచీనభారత వర్షమందు దేహపరిశ్రమ కెంత గణ్యస్థాన ముండెనో మన మాతృదేశము ధరించియున్న 'కర్మభూమి' యను నామమే చెప్పకచెప్పుచున్నది.

ఒకప్పు డీ భరతవర్షమునఁ బ్రజలు దైవదత్తములగు సంపదలలో వ్యాయామము నొకదానిగా భావించుచుండి రనుట కనేకములగు ప్రమాణములు కలవు. ప్రాచీనభారత మందు విలాస ప్రధానములగు నేఁటి వాహనములు, యాన ములు లేకుండుటచేఁ జాతుర్వర్ణ్య ప్రజలు కాలినడకను క్రోశ ములకొలఁది దూరము పోవుచుండిరి.

బ్రాహ్మణులు సకలవిద్యావిశారదులయి, లోకో ద్ధరణ దీక్షాపరతంత్రులయి భిక్షాటనముచే దేహమును బోషించుకొనుచు వాడవాడల కరిగి జ్ఞానప్రచార మొన రించు చుండిరి. తన్మూలమున వారి దేహమానసములకు వలయునంతటిపరిశ్రమ కలుగుచుండెను. క్షత్రియులు రాజ కార్య నిర్వహణబాధ్యులయి సైంధవారోహణ మొనరించి తిరుగుచుండుటలో దేహమున కావశ్యకమగు పరిశ్రమ కలు గుచుండెను. వైశ్యులు దేశదేశములు పోయిక్రయవిక్రయము లొనరించు చుండుటకు మిక్కిలి కాయకష్ట మొనరింపవలసిన వార లగుచుండిరి. ఇంక నాల్గవజాతివారగు శూద్రులవిష యము నుడువనేల? వారు సదా కార్మికవృత్తియందుండి

జీవింపవలసినవారలయి యుండుటచే దేహపరిశ్రమ మిక్కుటముగ నుండుచుండెను. నిరుద్యోగసమస్య ప్రాక్తనభారతవర్షమందు లేదని నుడువుటకుఁ జారిత్రప్రమాణములచేఁ దెలియుచున్న నాఁటి భరత ఖండౌన్నత్యమే ప్రబలప్రమాణము.

నేఁడు భోగవిలాసములు పెచ్చు పెఱిగిపోవుటచే దేహపరిశ్రమ నాగరికుల దృష్టియందు మోటుమానిసు లొనరించుకొను నొక హీనమగు కఠినవృత్తి యయినది. నేఁటి మన యార్థికదాస్యమునకును, హైన్యస్థితికిని నిట్టి క్షుద్రభావమే ముఖ్యకారణము. అధునాతన భారతీయులు తమ పూర్వుల వలె నపూర్వజవసత్త్వములు, బలవీర్యములు లేనివారయి యుండుటకును నీభావమే కారణము.

ఆంధ్రసామ్రాజ్య నిర్మాతయు "దేశభాషలలోఁ దెనుఁగు లెస్స" యను ఖ్యాతి నాంధ్రభాషకుఁ గలిగించియుండిన మహాకవి సార్వభౌముఁడును నగు శ్రీకృష్ణదేవరాయేంద్రుఁడు ప్రాత స్సాయంసమయముల గుఱ్ఱపుస్వారీ, కత్తిసాము, బల్లెము త్రిప్పుట, మల్లయుద్ధము మున్నగువానిచే సక్రమముగ దేహపరిశ్రమ సలుపుచుండెడివాఁడు. అఖిలభరతఖండమునకును వంగదనీయుఁడును సకలలోకాదర్శప్రాయుఁడును నగు శ్రీ శివాజీ సార్వభౌముఁడు దినమునకు రమారమి 3 గంటల కాలము దేహపరిశ్రమఁ జేయుచుండెడివాఁడు.

ఆంధ్రకావ్యప్రపంచమున గణ్యమగు నాంధ్రమహాభాగవత కర్తయు, భగవద్భక్తుఁడును నగు పోతనామాత్యుఁ

డొక కేలఁ గలమును బట్టి, మఱియొక కేల హలమును బూని శారీరక, మానసికపరిశ్రమ సలిపి విశుద్ధారోగ్యసంభూత సౌఖ్యానందముల ననుభవించుచుండెడివాఁడు. పోతన్నకవీంద్రుని జీవిత మానందమయిమయి యుండుటకును, మహాభాగవతము వంటి మహాకావ్యమును రచింపఁగలుగుటకును నతఁడొనరించి యుండిన పరిశ్రమయు ముఖ్యకారణమే యని నుడువక తప్పదు.

పోతన్న దేహారోగ్యశూన్యుఁడే యయి యున్నచో మృదుమధురకవితాసముపేతమగు భాగవత మాంధ్రకావ్యప్రపంచమున గోచరించెడిదే కాదు. దేశవిదేశము లందలి మహాకవు లెల్లరు వ్యాయామమునకుఁ దమనిత్యకృత్యముల గణ్యస్థానము నొసంగుచుండిరి. ఆంగ్లదేశమందలి యే కవీశ్వరుని జీవిత చారిత్రమును జదివినను వారు ప్రాతస్సాయంసమయములఁ బుష్పవాటికలయందుఁ గాయకష్టమొనరించుచుండి రను విషయమే తెల్లము కాఁగలదు.

మనము నేఁడు ధనాఢ్యులయింటియందలి బాలకుని నారోగ్యదృష్టితోఁ గార్మికుల పర్ణకుటీరమందలి పిల్లవానితో బోల్చి చూచిన నెంతయో భేదము కానరాఁగలదు. ధనాఢ్యుని పుత్రుఁడు సువర్ణాలంకారములచే విభూషితుఁడయి యున్నను, చీనిచీనాంబరములచే శృంగారింపఁబడినను స్థూలమగు శరీరమును గలిగి వివిధములగు వ్యాధులచే బాధింపఁబడుచుఁ బ్రకృతికృపాదృష్టికి దూరుఁడయి యున్నటుల గోచరింపఁగలడు.

కార్మికుని కౌపీనధారియు, సువర్ణభూషణశూన్యుఁడును నగు దరిద్రకుమారుని మనము పరీక్షింతుమేని వాఁడు దృఢ గాత్రుఁడయి, వజ్రసమానదేహుఁడయి, సర్వాంగ సౌష్ఠవ సంపన్నుఁడయి, స్వస్థశరీరుఁడయి సదా బ్రహ్మానంద ముతోఁ గులుకుచున్నటులఁ గానరాఁగలఁడు. దీనికి హేతు వేమి ?

ధనాఢ్యుని పుత్రుఁడు రాజప్రాసాదమున వసించుచుండియు, షడ్రసోపేతముగఁ గుడుచుచుండియు, అమూల్యాంబర ధారియయ్యు, దాసదాసీజనసేవితుం డగుచుండియు, రోగియయి, స్థూలోదరుఁడయి, అప్రసన్న హృదయుడయి, ప్రకాశ శూన్యనేత్రుఁడయి సదా మూల్గుచు, ముక్కుచు నుండ, గర్భదరిద్రుఁడగు కార్మికుని బిడ్డ పర్ణకుటీరమందు నేలపై బండుచు, గోఁచిపాతను ధరించుచు, కలియో గంజియో త్రావుచు నొక్కొక్కపు డుపవసించుచుండియు బలిష్ఠ గాత్రుఁడయి వ్యాధు లెట్టివో యెఱుంగక, కిలకిలనవ్వుచు, భూదేవియంకసీమను బడి యాడుకొనుచు నానంద మనుభవించుచున్నాఁడు.

విద్యార్థులారా! ఆనంద మెచ్చోట నున్నదో గ్రహించితిరా? ఆనందమునకు సంపదలు కారణమగునా? లేదు. ధనాఢ్యునియింటియందు సోమరితన మను కాలసర్పము విషజ్వాలలఁ గ్రక్కుచు నివసించుచున్నది. కార్మికుని యుటజమందు వ్యాయామ మను సంజీవి అమృతధారలఁ గుమ్మరించుచుఁ గాపురము సేయుచున్నది. ఆనంద నిరానందప్రాప్తి కిదియే పరమ రహస్యము.

ప్రకృతి దృష్టిలో సార్వభౌములు, ధనాఢ్యులు, దరిద్రులు, పండితులు, పామరు లను భేదము లేదు. ప్రకృతి మాతకుఁ బక్షపాతబుద్ధి లేకుండుటచే నాతల్లి సమస్తమానవుల సమానముగనే చూచుచుండును.

"There is no low or high before God"
"దేవునకు నిమ్నోన్నతభావములు లేవు."

పైహూణుల యార్యోక్తి ప్రకృతియొక్క నిష్పక్షపాత బుద్ధినిఁ జాటుచున్నయది. తనశాసనము నతిక్రమించు మానవుఁ డెంతటి ఘనుఁడయినను ప్రకృతి మోమోటము లేక వానిని బట్టి దండించును. ధనాఢ్యులును, వారిసంతానమును విలాసమయ నాగరికతకు లోనయి దరిద్రులకంటె ముందుగాఁ బ్రకృతియొక్క శాసనమును దిరస్కరింప సన్నద్ధులగుచున్నారు.

ప్రకృతి తనశాసనమును బాలించువారి కమృతధారలను, తిరస్కరించువారికి విషధారల నొసంగుచుండును. స్వాభావిక నియమములఁ బాలించువారికిఁ బ్రకృతి చందనకలశమగును. తిరస్కరించువారి కగ్నికుండ మగును. నిర్ధనులు ధనాఢ్యులవలె జ్ఞానశూన్యులయి యున్నను జీవనోపాధినిమిత్త మధికముగా దేహపరిశ్రమ సలుపవలసినవార లగుచున్నారు. వ్యాయామశూన్యతయే విత్తవంతుల గర్భదరిద్రులగు కార్మికులకంటె సౌఖ్యానందశూన్యులఁ గావించినది.

కోటీశ్వరుఁడు తన గౌరవాధిక్యములకు భంగ మొదవునని యెంచి యెట్టిపరిశ్రమ సలుపుటకు సందేహించుచుఁ గుక్షింభరవృత్తిని మానకుండుటచే నజీర్ణవ్యాధి కలుగ,

త్రదోగ ప్రకోపముచే హంసతూలికాతల్పముపైఁ బడి కుయ్యో మొఱ్ఱోయని రోదనము సేయుచుండ వానియొద్దనే భృత్యుఁడుగా నున్న గర్భదరిద్రుఁడు దివారాత్రములు కాయకష్ట మొనరించుచు నేవిధమగు రోగబాధలేక యెండవానల సరకుఁగొనక నిత్యానంద మనుభవించుచుండుట మనము కనులారఁ గాంచుచునే యున్నారము.

మానవుని యిహపరసౌఖ్యానందములకుఁ దోడ్పడు నుత్తమసాధనములలో వ్యాయామము పరమపవిత్రమయినదని వచించుటకు సందేహింపఁ బనిలేదు. శరీరమును విలాసభోగములచేఁ బోషింపఁజూచుటయే శారీరక మానసికపతనమునకు ముఖ్యకారణ మగుచున్నయది.

మానవుఁడు తన నిత్యకృత్యములలో వ్యాయామమును సయిత మొకదానిగ భావించి యాచరించుచున్నచో నతఁడిహమునకుఁ దోడ్పడు క్షణికమగు ధనముకంటె నుభయలోక సౌఖ్యదాయకమగు శాశ్వతారోగ్యధనమును సమృద్ధిగా బడయుట కెట్టి యవాంతరము వాటిల్లనేరదు.

ధనాఢ్యులు, నిర్ధనులు, స్త్రీలు, పురుషులు, బాలుర వృద్ధులను భేదము లేక సమస్తమానవులు యథాశక్తి వ్యాయామ మొనరించు టావశ్యకము. ధనాఢ్యుల గృహములందు స్త్రీలు నాగరికతయని భావించి మూఢులగు పురుషుల వలెనే సోమరితనమునకు వశవర్తినులయి, గృహకృత్యముల నిర్వహించు భారమునంతయు దాసదాసీజనములపై నిడుచుందురు.

అట్లగుట ఘోషాపద్ధతి నవలంబించియున్న స్త్రీ లేవిధ మగు శరీరవ్యాయామము లేనివారలయి విలాసములఁ జిక్కి గర్భవతులయి ప్రసవింపవలసి వచ్చినపుడు మిక్కిలి యాతన ననుభవించుచు, ప్రసవానంతరము దేహమున రక్తప్రసారము లేక దుర్బలగాత్రలయి పోవుచున్నారు. ధనాఢ్యస్త్రీల యందు విశేషముగా వ్యాపించియున్న వ్యాధులకు రెండే కారణములు. ఒకటి కేవలము దేహపరిశ్రమ లేకుండుట, రెండు విలాసప్రియత్వము.

ఆరోగ్యభాగ్యమందలి సౌఖ్యము ననుభవించు మహా పురుషులు శరీరవ్యాయామమున కడ్డుదగులు సకలసంపదలను, భార్యాపుత్రమిత్రాదులను, సర్వలోకవంద్యములగు జ్ఞాన విజ్ఞానములను దృణప్రాయములుగఁ జూచుట కేని శంకింపవల దని మనల హెచ్చరించుచున్నారు. ఇట్టి పరమపవిత్రమును, అనుల్లంఘ్యమును నగు ప్రకృతిశాసనము మోక్షసాధనమని మహాపురుషులచే సయితము ప్రేమింపఁబడుచుండ దేహారో గ్యమునకుఁ బ్రథమావశ్యకమగు వ్యాయామమును దిరస్క రించు మానవుఁ డెట్టి హతభాగ్యుఁడో మన మూహింపవలసి యున్నది.

విద్యార్థులారా! మీరు దూరదృష్టి లేనివారలయి వ్యాయామము నొక యల్పవిషయముగ భావింపక మీ విద్యను, మీజీవితలక్ష్యమును, మీసంపదలను సార్థకమొన రింపఁగల మహత్తరమగు సాధనమని విశ్వసించి, తత్సంపాద నమునకు గడంగుఁడు. అపుడే మీరు ధన్యు లయ్యెదరు. విశ్వమందలి సకల మానవులు సౌఖ్యానందములఁ బడయు

టకే వివిధములగు వృత్తులను, కార్యములను, బాధ్యతలను నవలంబించి యున్నారు. కాని యీ సౌఖ్యానందముల ననుభవించుట కేది తొల్లింటి కారణమో, అట్టివ్యాయామ మును మనుష్యజాతి చులకనగాఁ జూచుట కేవలము మౌఢ్యము.

వ్యాయామదూరు లెపుడును సుఖసంపన్నులును, ఆనంద మయులును, స్వస్థదేహులును, సచ్చరిత్రులును నయి యుండఁ జాలరు. వ్యాయామముయొక్క పూర్ణాను గ్రహముననే మన దేహమానసములు స్వస్థములును, నిర్వి కారములును, పరిపుష్టములును నయి మానవాత్మను సంతుష్ట మొనరింప సమర్థము లగుచున్నవి. ఔషధముల మూలమున శరీరవ్యాధులను, దుర్బలత్వమును, దుఃఖములను దూరమొనరింపఁ దలఁకించుగాఁ దపస్సు సలుపురీతి యత్నిం చుటకంటె మనుష్యుఁడు ప్రకృతిప్రబోధము ననుసరించి వ్యాయామమను దివ్యౌషధముచేఁ దన దేహమును స్వస్థము గను, నిర్దోషముగను, సుఖసంపన్నముగను జేసికొనుట కడుంగడు శ్రేయస్కరము.

కారణమేమన రోగములు ప్రాయికముగ శరీరము యొక్క దుర్బలత్వమునుండియే యుత్పన్నము లగుచున్నవి. ఈ దుర్బలత్వమునకు యథార్థమగు కారణము మనుష్యుఁ డారగించు భోజనమందలి సారమయపదార్థము రక్త మాంస శల్యములుగఁ బరిణమింపకుండుటయే. అన్నరస మీ రీతి రుధిరరూపమును దాల్చకుండుటకు ముఖ్యహేతువు శరీరముయొక్క యంగప్రత్యంగములఁ గదల్చు వ్యాయా

మము లేకుండుటయే. కావున వ్యాధినాశనమున ఔషధ సేవకంటె వ్యాయామసేవన మత్యధిక శ్రేయస్కరము కాఁగలదు.

మనుష్యులు బల వీర్య తేజస్సంపన్నులగుటకు నిర్మల మగు వాయువు, జలము, భూమి, ప్రకాశము, ఆకాశము పరమావశ్యకము లనియు, ఇవియే దివ్యములగు పంచామృతము లనియు, శరీర విజ్ఞాన శాస్త్రప్రవీణులగు మన ప్రాచీన ఋషి పుంగవులు వచించియున్నారు. విద్యార్థులారా! ఇప్పటికి మీరు వ్యాయామముయొక్క ప్రభావమును గుర్తించి, దాని నాచరించుటయందుఁ దగు శ్రద్ధను వహింతురని విశ్వసించు చున్నాఁడను.

ఏనాఁడు మీరు వ్యాయామమును భోజనమువలె దేహపోషణకరమగు నుత్తమపదార్థముగ భావించి, తత్సంపాదనమునకుఁ గడంగుదురో, నాఁడే స్వస్థదేహులయి పరమేశ్వర సృష్టియందలి వాస్తవికమగు సౌఖ్యసుధారసమును జూఱఁగొనఁగలరు.

"తే॥ గీ॥ పాటుపడఁ దిండి రుచ్యమై ♦ పఱఁగుచుండుఁ
బాటుపడ హాయిగా నిద్ర ♦ పట్టుచుండుఁ
బాటుపడ దేహ మారోగ్య ♦ భాగ్య మందుఁ
బాటుపడువాఁడె సుఖములఁ ♦ బడయు మనస."

ఇరువదియేడవ ప్రకరణము

స్నానము

',To pathe is to perform an act of religious merit
The wise ever bathe." —Guru Nanak.

"స్నాన మొనరించుట యనఁగా మతసంబంధమగు యోగ్యక్రియానుష్ఠాన మని తాత్పర్యము. వివేకసంపన్నులు సదా స్నానమొనరింతురు." —గురునానక్.

పరిశుద్ధమగు రక్తము దేహారోగ్యమును సూచించును. దూషితమగు రుధిరము రోగమును వెల్లడించును. శరీరావయవములు నిత్యవ్యవహారముయొక్క ఘర్షణముచే నఱిగిపోవుటవలనను, జీర్ణశక్తి చెడుటవలనను రుధిరము కళంకితమగుచున్నయది. ఈ రహస్యము సర్వజనవిదితము. దేహమునఁ బుట్టు మాలిన్య మనుదినము బహిర్గతమయిపోవుచున్న శరీరము స్వస్థమయియుండుట కెట్టి యభ్యంతర ముండ నేరదు. దయామయుండగు పరమేశ్వరుఁ డారోగ్యభంజకమగు మాలిన్యమును శరీరములోపలినుండి వెడలఁ గొట్టుటకయి చతుస్సాధనముల సృజించియున్నాఁడు.

వానిలో శరీరమున జీర్ణింపఁగా శేషించిన యాహారముయొక్క మలరూపకమగు పిప్పి వెలికిరుగుట కేర్పడియున్న యాసనద్వారమే ప్రథమసాధనము. హృదయమునఁ జేరురక్తముయొక్క వికారమును వేఱుపఱచి నిశ్వాసముచే బహిర్గత మొనరించు శ్వాసకోశములు (ఊపిరితిత్తులు) ద్వితీయ

సాధనము. మన శరీరమందలి రక్తమునందుండి వేఱుపఱుచఁబడిన దూషితజలమును వెలికంపు మూత్రద్వారము (Kidueys) తృతీయసాధనము. ఈ మూఁడు సాధనములు శరీరశుద్ధికయి కృషిసలుపఁగా శేషించియున్న శరీరమందలి మలమునంతయు బయటకుఁ ద్రోసివేయు చర్మము చతుర్థసాధనము. పైని మూఁడు సాధనములను భద్రమొనరించుకొను విషయము నుడువఁబడినది ; ఇంక చతుర్థసాధనమగు చర్మమునుగూర్చి ప్రసంగింపవలసియున్నది.

శరీరాంతరాళమందలి యుపరిభాగమునఁ జేరుకొను ద్రవరూపమగు మలమునంతయు బహిర్గత మొనరించునది త్వక్కు. మనశరీరమునం దెన్నియో రోమకూపములు కలవు. వేనవేలుగనున్న యీ సూక్ష్మరంధ్రములనుండియే రక్తమందలి యన్యపదార్థమంతయు బాష్పరూపమునను, స్వేదరూపమునను వెడలిపోవుచున్నది. గ్రీష్మఋతువునందు శరీరమందుండి యెంతటివికారము బయల్వెడలి పోవుచున్నదియు మన మేనంతయుఁ బట్టియుండు చెమటచే స్పష్టపడఁగలదు.

ఇతరఋతువులందు గ్రీష్మఋతువందువలె రోమకూపముల నుండి స్వేదము నెక్కుసముగా బయల్వెడలఁ జాలదు. కాని మనకుఁ గానరాకుండగనే శరీరముయొక్క సూక్ష్మరంధ్రములు దివారాత్రములు స్వేదరూపమునందున్న మాలిన్యమును శరీరమునుండి బహిర్గత మొనరించుచునే యుందును. చర్మముయొక్క ఛిద్రములు సరిగాఁ దెఱచికొని యుండకపోవుటచే శరీరమందలి దుష్పదార్థమంతయు బహిర్గతము కాఁజాలక దేహమందేనిలిచిపోవును. దానిచే జలుబు,

దగ్గు, కడుపునొప్పి, జ్వరము, అతిసారము, వాతము మొదలగు వ్యాధులు పుట్టుచున్నవి. మన చర్మముయొక్క సమస్త రోమకూపములు నిత్యము స్రవించు మాలిన్యముచే మూఁతవడి పోకుండుటకే స్నాన మొనరించు టావశ్యక మగుచున్నది.

మన దేశమం దనేకులు భోజన మొనరించుటకుఁ దొలుతఁ జెంబెఁడు నీటితో శరీరమును దడుపుటయే స్నానమని భావించుచున్నారు. అట్టివారి స్నాన మొక శుష్కాచారమైనది. కాని నేఁడు జనసామాన్యముచే దేహము తడుపుకొనఁబడుట యేవిధముగను స్నాన మనఁబడదు. స్నానము నొక శుష్కాచారముగ భావించువారి శరీరమును వారు ప్రాతఃకాలమున స్నాన మొనరించినపిమ్మట పరీక్షింతుమేని వారి రోమకూపములన్నియు మురికిచేఁ బూడియున్నట్లును, దేహమంతట మురికి యిగిరిపోయినట్లును విలోకింపఁగలము. అట్టివారి స్నానముచేఁ గర్ణపుటములును, రోమకూపములును, కటిప్రదేశముయొక్క నిమ్నభాగమును, చంకలును, పాదములును, మర్మస్థానమును జలము నంటియు నంటనట్లుండుటచే మురికిచేఁ బూడియుండఁగలవు. సామాన్యమగు నిట్టి శ్రద్ధావిహీనమగు స్నానముచే దేహమున కెట్టి ప్రయోజనము కలుగనేరదు.

శీతలజలముచే రెండు మూఁడుపర్యాయములు పుక్కిలించి, ఉమిసి కడివెఁడు జలముచే ధరించిన యంగవస్త్రమును దేహమును దడిపినంతమాత్రమున స్నానముయొక్క సంపూర్ణమగు బాధ్యత నిర్వహింపఁబడదు. శరీరముయొక్క యంగప్రత్యంగముల నన్నింటి నిర్మలినము నొనరించుటకే స్నాన

మనిపేరు. డాక్టరు సిల్వెష్టరు గ్రేహాము ఇట్లు నుడువుచున్నాడు:—

"మానవుఁడా! నీవు అసంఖ్యాకములగు రోమకూపములచే నలంకరింపఁ బడియున్న నీచర్మము న చ్ఛ్వాస నిశ్వాసముల కేర్పడిన ముఖ్యావయవమనియు, శరీరమందలి మలము నంతయు వెలికిఁ ద్రోయ నేర్పడిన మలద్వారమనియు, శరీరమును బరిశుద్ధ మొనరించుటకు శ్వాసకోశములకంటెను, జఠరముకంటెను, శరీరముయొక్క యితరములగు సమస్తావయవములకంటెను విశేషప్రయోజనకరమగు సాధనమనియుఁ దెలిసి సత్వరము పరిపూర్ణారోగ్యసిద్ధి నిమిత్తము చర్మమును నిర్మలముగఁ జేయ సుస్నాతుఁడవగుము. స్నానముయొక్క గంభీరమగు నుద్దేశ్యమును విస్మరింపకుము."

మన దేశమం దనేకులు యథార్థమగు స్నానపద్ధతి యెట్టిదో యెఱుంగకున్నను ననుదినము జలముచే శరీరముల మాత్రము తడుపుకొనుచున్నారనుట వాస్తవము. కొందఱు మూఢులీ కృత్రిమస్నానమునుండి సయితము విముఖులయి యున్నారు. ప్రతిమనుష్యుఁడారోగ్యవంతుఁడయి యున్నను, అనారోగ్యవంతుఁడయి యున్నను, స్నాన మాచరించుటత్యంతావశ్యకము. ఈ దేశమందు నాగరికులే యనారోగ్య స్థితియందు స్నానమొనరించుట హానికరమను భ్రాంతికిఁ జిక్కువడియున్నారు.

వ్యాధిపీడితుఁ డయినంతమాత్రమున నే మనుజుఁడును మలశుద్ధిఁ గావించుకొనక దేహమును మలాచ్ఛాదితముగ నుంచుకొను టెంత హానికరమో బుద్ధిమంతు లూహింపఁగలరు.

స్వస్థదేహముకంటె నస్వస్థదేహమే యనుదినము శుభ్రమొనరింపఁ బడుచుండవలయును. మన చర్మము వేనవేలుగ సూక్ష్మములగు మలద్వారములఁగలిగియున్నది కదా! అట్టి మలద్వారముఖముల మురికిచేఁ బూడ్చిపెట్టుటచే శరీరారోగ్యము భంగము గాకుండ నుండు టెట్లు సంభవించును? ఆరోగ్యస్థితియందు కంటె ననారోగ్యదశయందే దేహశుద్ధినిగూర్చి విశేషమగు ధ్యానము వహింపవలసి యున్నది.

స్నానాచరణమును గూర్చి డాక్టరు నికోన్సు మహాశయుఁ డీరీతి వచించియున్నాఁడు:—

"ఆరోగ్యమును వాంఛించు ప్రతిమానవుఁడు దినమున కొక్కసారియయిన స్నానముచే సమగ్రశరీరమును శుభ్రపఱచవలయును. ఈ స్నానము బాల్యమందేమి, యౌవనమందేమి, వార్ధక్యమందేమి, గృహమందేమి, అరణ్యమందేమి, ఆరోగ్యమందేమి, అనారోగ్యమందేమి యెప్పుడపుడను భేదములేకయే సర్వకాలసర్వావస్థలయందు సకలమానవాళి కవశ్యా చరణీయమగు పవిత్ర సంస్కారమయి యున్నది.

ప్రతిదినము మన మెటులదంతధావనముచే ముఖమును శుభ్రపఱచుకొనుచున్నారమో, అదియే చందమున రెండు మూఁడు బిందెల నీటితో సరిగ ప్రత్యంగములను దోమి శుభ్రపఱచుచు స్నానమొనరింపవలయును. ఇట్టి సర్వాంగస్నానమే వాస్తవికమగు స్నాన మనఁబడుచున్నది. త్వరపడి 5,6 నిముసములలోఁ గావింపఁబడు దేహప్రక్షాళనము స్నాన మనఁ బడదు.

స్నానముచే శరీరశుద్ధియేకాక మానసమును బరిశుద్ధమగుచున్నది. మలినముగా నున్న దేహధారియొక్క మానసము ప్రశాంతముగ నుండుటరిది. శరీరశుద్ధిచే రక్తము నిర్మలమగుచున్నయది. విశుద్ధమగు రుధిరముచే మస్తిష్కమును, మానసమును బలిష్ఠములయి సంపూర్ణవికాసమునకుం బ్రాపించుచున్నవి. అట్టి సబలస్థితియందు మానవహృదయము నుండి ప్రశాంతవిచారములును, పవిత్రభావములు నుదయించుచుండఁగలవు. పునీతభావములు పుణ్యకార్యములకు మూలములు. పుణ్యకార్యములు సుఖాంతములు. ఈకారణముననే మనోవిజ్ఞానము స్నానము నొక పునీతమగు ధార్మికసంస్కారముగను, మనస్సంస్కరణానుగుణ్యమగు పవిత్రకర్మగను నిశ్చయించినది.

గృహమందు స్నానమొనరించుట కంటె నదీస్నానమాచరించుటచే శరీరము మిక్కిలి స్వచ్ఛమగును. శ్వాసకోశములు, రోమకూపములు నిర్మలవాయువును సేవించును. అపుడు రక్తమునకును, మస్తిష్కమునకును, నేత్రములకును గలుగు ప్రయోజన మత్యధికము. ఈకారణముననే గంగా, కృష్ణా, గోదావరీ, తుంగభద్రా కావేరులందు స్నానమొనరించుటచేఁ బుణ్యము కలుగునని, మోక్ష మొదవునని మన పూర్వులు పురాణ గ్రంథముల వ్రాసి, నదీ స్నానాచరణముచే మన దేహారోగ్యమునకు మేలు నొడఁగూర్చ వ్రాసియున్నారు. వివిధములగుక్షారమయపదార్థములతోఁ గూడిన జలము శరీరము నంతగా శుద్ధపఱచఁజాలదు. కొన్నినదులయొక్కయు, ఝరముల యొక్కయు జలము శరీరమం దెట్టి దుష్పదార్థము చేరియున్నను దాని నాకర్షింపఁగల శక్తిని

గలిగియుండుచున్నయది. ఆంగ్లేయ వైద్యుఁ డొకఁడు సముద్రస్నానము దేహారోగ్య వర్ధకమనియు, రోగనాశకమని యు నొక్కి వక్కాణించు చున్నాఁడు.

స్నానమును గూర్చి డాక్టరు, సేవేసు నుడివియున్న వచనములు గౌరవాస్పదములు.

"నేను ప్రతిదినము నఖశిఖాగ్రపర్యంతము మిక్కిలి శ్రద్ధతోడను, ధ్యానపూర్వకముగను స్నాన మొనరించుటచే బడసిన దేహారోగ్య మారోగ్యశాస్త్రముయొక్క యితర నియమముల వేనిని బాలించినను సంప్రాప్తము కాఁజాలదని నొక్కి వక్కాణింపఁగలను. శీతలజలస్నాన మతిపుష్టికరమును బలవర్ధకమును, శ్రాంతినాశకమును నయియున్నది. స్నానముచే దేహ మతిపరిశుభ్రమయి, తచ్ఛుభ్ర దేహధారి నెట్టి మహత్తర కార్యాచరణమునకయిన యోగ్యుని గావించును. అపరిశుద్ధముగ నున్న శరీరమును గలిగియుండు మానవుని మస్తిష్కము, మానసము, మీఁదుమిక్కిలి చారిత్రము దుర్బలము లయియుండు ననుటలో నాశ్చర్య మేమియు లేదు."

ప్రతి యువకుఁ డీ రహస్యము నెఱింగి మనశ్శౌచము నిమిత్తమును, శరీరశుద్ధికొఱకును శ్రద్ధతో స్నానమొనరించు టావశ్యకము. శరీరవిజ్ఞానవేత్త లనేకులు మనుష్యుఁడు దినమం దెన్నిపర్యాయములు భుజించునో, అన్నిమార్లును స్నాన మొనరించు టావశ్యకమనివచించుచున్నారు. బ్రాహ్మణుఁడు (శుద్ధజ్ఞాని) కాఁగోరు ప్రతి మనుష్యుఁడును ప్రతి భోజన సమయమునకుఁ దొలుత స్నానమాచరింపవలయునని మను ధర్మశాస్త్రము శాసించుచున్నది.

దినమునకు రెండు పర్యాయములు స్నానమొనరించుటచే నెంతేని మేలు కలుగఁగలదు. ఐరోపాఖండముయొక్కయు, అమెరికా ఖండముయొక్కయు వైద్యులెందఱో దేహమున రోగములధికముగా నున్నపుడు దినమునకైదారు పర్యాయములు స్నానమొనరింపవలయునని సలహా నిచ్చుచున్నారు. ఆరోగ్యమహాభాగ్య సంపాదనమునకు స్నానమొక పవిత్రమును ముఖ్యసాధనమని గ్రహించి గౌరవించుట యువజనుల ధర్మమయి యున్నది.

Our health, our wealth, our enjoyment of life, and our capacity for work, depend upon cleanliness. The benefits of such cleanliness are described in all books of all religions."

—Chandavarkar.

"మన యారోగ్యము, మనభాగ్యము, మన జీవిత భోగము, మన కార్యకరణదక్షత దేహశుద్ధిపై నవలంబితములయియున్నవి. అట్టి దేహశౌచముయొక్క ప్రయోజనములు సమస్త మతగ్రంథముల నభివర్ణింపఁబడియున్నవి."

—చందవర్కారు

చందవర్కారు మహాశయుని యీ హితోపదేశమును యువజనులు స్మరించుచు మన సకల సౌభాగ్యములకు దేహశుద్ధియే మూలమని విశ్వసింపఁదగును.

ఇరువదియెనిమిదవ ప్రకరణము

శీతల జల స్నానము

శీతలజల స్నానము సుధారసపానమువంటిది. కాని నేఁడు శీతలజలస్నాన మను పేరు విన్నంతనే భయపడువారనేకులు కలరు. శీతకాలమందుఁ జన్నీటిచే స్నానమొనరించుటవలన జలుబు, జ్వరము మున్నగు వ్యాధులు కలుగునను భయముచే జనసామాన్యమందు విశేషసంఖ్యాకులు 10 గంటలవఱకు స్నాన మొనరింపరు. కార్యావసరముచే 10 గంటలకు ముందుగనే స్నాన మొనరింపవలసి వచ్చినచోఁ జలియొక్క భయముచే నావిరి గ్రక్కుచున్న వేడినీటితో స్నాన మొనరింతురు.

విశేషకారణ మేదేని తటస్థించినపు డొక విధముగ నుష్ణ జలస్నానము లాభదాయకము కావచ్చునేగాని నిత్యము దేహారోగ్యకరము కాఁజాలదు. నిత్య ముష్ణజలస్నానమున కభ్యస్తుఁడగు వానిత్వక్కు దుర్బలమయి పోవుచున్నది. స్పర్శజ్ఞాన మంతరించుచున్నది. శరీరమందలి చుఱుకుదనము మొద్దువారిపోవుచున్నది. శీతలజలస్నానముచేఁ జర్మము కాంతివంతమయి స్పర్శజ్ఞానమును వికసిత మొనరించుచున్నయది. అపుడు శరీరమున నూతనమగు చైతన్య మొదవును. ఎనలేని యుత్సాహము వొడమును.

శీతలజలస్నానముచే ననేకులు భయంకరములగు వ్యాధుల నెట్టి యౌషధమును సేవింపకయే నిర్మూలింపఁ జేసి

కొనియున్నారు. శైత్యము, పడిశము, జ్వరము మొదలగు వ్యాధులకు శీతలజలస్నానము రాజౌషధము. గర్భవతులగు స్త్రీలయొక్క బలమును, శక్తిని, తేజమును వృద్ధిఁగావించి శారీరకములగు దోషముల నన్నింటి దూర మొనరించుటకు శీతల జలస్నాన మెంతయు నుపయోగకరమయి యున్నది.

నిర్మలమగు జలమం దనేక గుణములు కలవు. పదార్థమును బరిశుభ్ర మొనరించుట యద్దాని స్వాభావికమగు ప్రథమగుణము. ఘనపదార్థమును ద్రవీభూత మొనరించుట దాని ద్వితీయగుణము. స్నాన మొనరించుటచే జలము శరీరముపై నంతటఁ జేరుకొనియున్న మురికిని ద్రవ మొనరించి దేహముపైనుండి దూర మొనరించి వేయుచున్నది. పాన మొనరించిన జలము జఠరమునఁజొచ్చి భోజనమును జీర్ణ మొనరించుటయందును,రక్తము నుత్పత్తిఁ జేయుటయందును, శరీరమును బోషించుటయందును, దేహమందుఁ గలిగిన మురికినిఁ దనతోఁ గలుపుకొని వివిధ మార్గముల బహిర్గత మొనరించుటయందును విశేషప్రయోజనకారి యగుచుండుట మన మెఱుంగుదుము.

పేయజల మంతశ్శరీరమును శుద్ధ మొనరించు రీతిగనే స్నానజలము బహిశ్శరీరమును నిర్మలముగాఁ జేయుచున్నది. శీతలజల మొక దేహశుద్ధికే గాక బలవృద్ధికిని హేతువయి యున్నది. అలసిసొలసి యున్నపుడు పుడిసెఁడు శీతలజలమును బాన మొనరించినను, చన్నీటిచేఁ గరచరణముఖములఁ బ్రక్షాళన మొనరించుకొనినను మనదేహమున కెంతహాయి నొసంగునో సమస్తమానవు లెఱుంగుదురు.

శీతలజలమును స్పృశించినంతనే శరీరమునం దేదియో యొక యవ్యక్తమగు నుల్లాసము కలిగి మనోవికాసమునకును, శాంతికిని గారణమగుచున్నది. వేడిగానున్న మన శరీరము యొక్క యొక భాగమును మృణ్మయ పాత్రయందలి శీతల జలమం దొక్క 5 నిమేషములకాల ముంతుమేని, తచ్ఛరీర భాగముయొక్క తాపము తత్క్షణ ముపశమింపఁగలదు. మంద మారుతస్పర్శచే దేహమున కెట్టి స్వర్గీయ సౌఖ్యము కలుగునో, చందనలేపనముచే నెట్టిహాయి యొదవునో, శరచ్చంద్ర చంద్రికా విలసిత రాత్రియందు వికసిత సుమతల్పముపై శయనింప నెట్టి స్వర్గీయానందము లభించునో అంతకంటె మహత్తరమగు సౌఖ్యమును దయానిధియగు సర్వేశ్వరుఁడు శీతలజలస్నానమందు వెలయఁజేసి సకలమానవులకుఁ బ్రాప్యముగను, సుసాధ్యముగను గావించియున్నాఁడు.

యువజను లనుదినము శీతలజలస్నానముచేఁ దమ యంగ ప్రత్యంగముల శుభ్రపఱచుకొనుచుందురేని మహా బలాఢ్యులును, మహోల్లాస పూరితచిత్తులును, స్వస్థదేహులును నగుట కెట్టి సందియమును లేదు. శీతలజలస్నానముచే దేహముపై వ్యాపించియున్న దుర్గంధపూరితమగు మురికి దూరమగుటయే కాక జ్ఞానతంతువులకును, నరములకును, స్నాయువులకును విశేషమగు పటుత్వము కలుగుచున్నది. శరీరముయొక్క శీతోష్ణస్థితుల సమానమగు స్థితియం దుంచఁ గలశక్తి కేవలమొక శీతలజలస్నానమందే కలదు. శరీరమున శీతోష్ణస్థితి సమానముగా నుండుటచే రుధిరము నిష్కళంకముగ నుండి సహజగమనములో హృదయమునుండి దేహము

యొక్క సర్వభాగములకుఁ బ్రసరించి శరీరమును సర్వాంగ సుందరముగను, బలాఢ్యముగను జేసివేయుచున్నది.

రక్తవాహికలు సరియగు స్థితియం దుండి రుధిరమును సక్రమప్రసరణమునకు వినియోగింపఁజేయుటకు విద్యుచ్ఛక్తి మిక్కిలి యపేక్షింపఁబడుచున్నది. అమూల్యమగు నిట్టి విద్యుచ్ఛక్తి శీతలజలస్నానముచే నధికముగా లభింపఁగలుగుచున్నది. శరీరరక్తమును బీల్చి, మాంసమును బిప్పిఁజేసి, శల్యముల గుల్లఁజేయునట్టి యమితోష్ణవ్యాధిని (ఉడుకురోగము) నిర్మూలించుటకు శీతలజలస్నానము పరమౌషధము. శీతలజలస్నానముచే రోమకూపముల మురికి నశించుటయేకాక వానిలోనుండి చైతన్యశక్తి దేహమునఁ బ్రవేశించుచున్నది.

సశాస్త్రీయమగు శీతలజలస్నాన మొక విధమగు వ్యాయామమనియు నుడువవచ్చును. స్నానముచేఁ గలుగు పరిశ్రమవలన శరీరము మిక్కిలి దృఢమగుచున్నయది. కండరములు బలిష్ఠములగుచున్నవి. దీనికిఁ దార్కాణము విశేషముగాఁ బరిశ్రమ సేయుచుండునట్టి దక్షిణహస్తము వామహస్తముకంటె బలాఢ్యమయియుండుట మనము చూచుచునే యున్నారము. తల్పమునుండి లేచి కూర్చుండలేనంతటి రోగికి శీతలజలస్నానము హానికరము. సామాన్యమగు దేహదార్ఢ్యము గల మనుష్యునకు శీతలజలస్నానమే యత్యంతప్రయోజనకరము. దుర్బలశరీరునకుఁ బ్రథమదినమందు శీతలజలస్నానమసహ్యముగను, కష్టతరముగను దోఁచఁగలదు. కాని సక్రమముగాఁ బతిదినము లట్లాచరించుటచే వాని శరీరమునందొక నవీనమగు శక్తి యుదయించి వానిమానసము నెంతయు శీతలజలస్నాన మొనరించుటకు నువ్విళ్లూరింపఁ గలదు.

ఎట్టి రోగగ్రస్తుఁడయినను, దుర్బలుఁడయినను యథాశక్తి శీతలజలస్నానము నభ్యసించినచోఁ దనకుఁ గలిగిన దుస్థితినుండి విముక్తి నందఁగలఁడు. ప్రకృతి నారాధించుచుండిన మన పూర్వఋషివరేణ్యులు బ్రహ్మముహూర్తము ననే నదులకేగి శీతలజలస్నానమొనరించుచుండెడివారు. ఆకారణముననే వారు భూరిబలాఢ్యులును, వజ్రసమకాయులును, స్వస్థచిత్తులును నయి యుండి ధార్మికక్షేత్రమున విజ్ఞానకృషి యొనరించి బ్రహ్మానందమను సత్ఫలము ననుభవింప సమర్థులయిరి.

శీతలజలమందు శరీరమునకుఁ బుష్టిని, మనస్సునకుఁ దుష్టిని నొసంగఁగల విద్యుచ్ఛక్తి యపారముగ నున్నది. ఈశక్తి తాను స్పృశించు దేహసీమయం దెట్టి మాలిన్యమును నిలువ నీయదు. శీతలజలము పేయజలమువలెనే స్నానమునకును బరిశుద్ధమయి యుండవలయును. అవిరామముగఁ బ్రవహించుచుండు నదీస్వచ్ఛతోయమున 20 నిముసములు స్నానమొనరించుటచే దేహమున కపారమగు లాభము కలుగఁగలదు. నదీజలస్నానము మానవునియం దుండు విద్యుచ్ఛక్తి (Magnetic force) ని వృద్ధిఁగావించి దేహయంత్రమును సక్రమస్థితియం దుంచి మనుష్యుని దీర్ఘాయుష్మంతు నొనరించును. నదీస్నాన మొనరించుటకు సౌకర్యములేనివారు స్వగృహముల కడనే శీతలజలస్నాన మొనరించుట శ్రేయస్కరము.

ప్రతి మనుష్యుఁడు స్నాన మేకాంతమం దొనరించుటుచితము. దిగంబరుఁడయి యంగప్రత్యంగమును బాగుగా శీతలజలముతో రుద్ది స్నాన మొనరించుట మేలు. తొలుదొల్త

శీతలజలమును స్పృశింపఁజాలనట్టి దుర్బలస్థితియందున్న దేహము గల వ్యక్తి గోరువెచ్చని నీటితో స్నాన మారంభించి క్రమక్రమముగా శీతలజలస్నానము నభ్యసింపవలయును. దుర్బలుఁడు 70 డిగ్రీల శైత్యముగల నీటియందును, బలాఢ్యుఁడు 90, 95 డిగ్రీల శైత్యముగల సలిలమందును స్నాన మొనరించు టుచితము.

స్నానాగారమందు బరిశుభ్రముగానున్న రెండు మొద్దుతుండుగుడ్డలను, కుంకుడుకాయలు లేక సీకాయలు ఇవియు లేకున్నచో నొంౘుమట్టి నుంచుకొనుట మంచిది. ఒకసారి శీతలజలముచే శీర్షభాగమునుండి చరణములవరకుఁ గడిగినపిదపఁ గుంకుడుకాయ రసముచేఁగాని, సీకాయరస ముచేఁగాని, ఒంౘుమట్టిచేఁ గాని శరీరమునంతయు బాగుగా రుద్దవలయును. అట్లు రుద్దుటచే రోమకూపములఁ బూడ్చి యున్న మురికి యంతయుఁ దొలఁగిపోఁగలదు.

అనంతరము గఱుకుగను, మొద్దుగను నున్న తువాలును దడిపి దానిచే నంగప్రత్యంగమును రుద్దినచో సందేహము లేకుండ మాలిన్యమంతయు దూరమగుటయే కాక దేహమం దారోగ్య ముదయించి రక్తమును బాగుగాఁ బ్రసరింపఁ జేయును. 7, 8 చెంబుల శీతలజలముచే శరీరమునంతయుఁ బ్రక్షాళన మొనరింపఁదగును. శరీరమును రుద్దునపుడు డస్సి నోటితో శ్వాసింపరాదు.

శరీరప్రక్షాళనానంతరము పొడిగానున్నట్టియు, శుభ్ర ముగానున్నట్టియు గఱుకు తువాలుచే దేహమును నఖ శిఖాగ్ర పర్యంతమును గట్టిగా నొత్తివేయవలయును. అటు

పిమ్మట స్వచ్ఛమగు వాయువునందుఁ బది నిముషములు పచారుసేయుట లాభదాయకము. శీతలజలస్నాన మనేక విధముల నొప్పారుచున్నది. వానిలో ముఖ్యములును, సులభసాధ్యములును, నగువానినిఁ గొన్నింటి నిటఁ జేర్కొనిన విద్యార్థులకుఁ బ్రయోజనకరముగ నుండఁగలదు. కావున వానినిఁగూర్చి చాల క్లుప్తముగా వర్ణించుచున్నాఁడను. ఏది యెట్లున్నను విద్యార్థులు సర్వకాలసర్వావస్థలందును శీతలజలస్నానమే విశేషారోగ్యకరమగు నను విషయమును మాత్రము విస్మరింపరాదు.

ఇరువది తొమ్మిదవ ప్రకరణము

ఘర్షణస్నానము

స్నానములన్నింటిలో ఘర్షణస్నానము త్తమమయినది. అంగప్రత్యంగమును బాగుగా రుద్దుచుఁ జేయుస్నానమునకే ఘర్షణస్నానమని పేరు. ఒకతూరి మొహరము పండుగనాఁడు మహమ్మదీయుఁడొకడు పులివేషమును ధరించెను. నఖశిఖాగ్ర పర్యంత మతని శరీరము వార్నిసుతోఁ గలిసిన రంగులతోఁ బూత వేయఁబడెను. వాఁడుదయమాది సాయంతనమువరకు నగరమంతయు నాడుచుఁ బాడుచుఁ దిరిగి తిరిగి, అలసిసొలసి రాత్రి పదిగంట లగుసరికి స్వగృహముఁ జేరెను.

ఆతఁడు పరిశ్రాంతుఁడై యుండుటచే శరీరమందంతటఁ బూయఁబడిన రంగు చాల శ్రమపడినగాని వదలదనియు, కావున నుదయముననే లేచి యుష్ణజలముతో శుభ్రమొనరించుకొన వచ్చుననియుఁ దలంచి క్షుత్పిపాసలఁ దీర్చుకొని, గదిలోని కరిగి లోన గడియ వైచుకొని శయ్యపై మేను వ్రాల్చెను.

పరుండుటే తడవుగా వాఁడు దినమంతయుఁ గావించి యుండిన శ్రమచే గాఢనిద్రాపరవశుఁడయ్యెను. మఱునాఁడు సూర్యోదయమయినను వాఁడు నిద్రావిముక్తుఁడయి గది వెడలి బయటకు రాలేదు. ఆతనిమిత్రు లింటికేతెంచి యతఁడు శయనించియున్న గదితలుపులఁ దట్టినను, గట్టిగాఁ గొట్టినను, యెలుగెత్తి కేకలిడినను పులివేషధారి ప్రత్యుత్తరమొసంగఁడయ్యె.

అపుడు వానిబంధుమిత్రులు భయపడి వెంటనే కవాటములను భేదించి గదిలోనికిఁ జొరఁబడిరి. పులివేషధారి యేమాత్రము చలనములేక శవప్రాయముగా మంచముపై శయనించియుండెను. వారెల్ల రతనిస్థితిని వీక్షించి, దిగులొంది తత్క్షణమే బుద్ధిమంతుఁడగు నొకవైద్యుని బిలువ నంపిరి. వైద్యుఁడు వెంటనే వచ్చి మృతప్రాయుఁడయి యున్న పులి వేషధారి స్థితిని విలోకించి యాదుర్దశకు హేతువును సులభముగా నెఱింగి యుష్ణజలముతో వానిశరీరము నంతయుఁ గడిగించి, కుంకుడు రసముతో రుద్దించెను. 5 నిముసము లీరీతి ఘర్షణ స్నాన మొనరింపఁబడిన పిదప వీవనతో విసరగా నామృతప్రాయుఁడగు పులివేషధారి దీర్ఘమగు నొక నిట్టూర్పు విడిచెను. మరి నాలుగు నిముసములు గతింప వాఁడు కండ్లు విప్పిచూచెను. రెండు మూఁడు గడియల కాలము గడచు నప్పటి కతఁడు స్వస్థదేహుఁడై యటు నిటుఁ దిరుగాడ నారంభించెను.

ఈ వృత్తాంతముచే మన నాసికారంధ్రములకంటె దేహ చర్మమందు వేనవేలుగ వ్యాపించియున్న సూక్ష్మ రంధ్రము లెట్లు వాయువును విశేషముగఁ బీల్చుకొనుచున్న దియు స్పష్టపడుచున్నది. సామాన్యస్నానముకంటె ఘర్షణ స్నానముచే స్త్రీపురుషుల దేహములు విశేషసౌఖ్యవంతము లయి యుండఁగలవు. ఘర్షణస్నానముచేఁ జర్మమందలి ఛిద్రములన్నియుఁ దమ ముఖములఁ దెఱచికొని శరీరమందలి ముఱికిని బహిర్గత మొనరించుటయేకాక ప్రాణవాయువును సయితము మమితముగా నాకర్షించి శరీరారోగ్యమును వృద్ధి

గావించుచున్నవి. ఘర్షణస్నానముచే మనుష్యుఁ డధిక తేజస్వియు, నిర్మలదేహుఁడును, నిశ్చలారోగ్యసంపన్నుఁడును, దీర్ఘజీవియు నగు ననుట కేమియు సందియము లేదు. పారిశుద్ధ్యమే జీవనము. మురికితనమే మృత్యువు.

శీతలజలస్నానమందు ఘర్షణపద్ధతి నవలంబింపకపోవుటచే శరీరమందలి విషపదార్థము రోమకూపములనుండి బయల్వెడలఁజాలక యందే యుండిపోయి గజ్జి, దురద, తీట చిడుము మొదలగు చర్మవ్యాధుల శరీరముపైఁ బుట్టించును. ఘర్షణముచే శరీరముపై నెట్టి మాలిన్యము లేకుండునట్లు మనము స్నానమొనరింతుమేని వ్యాధులేవియు మనల సమీపింపనేరవు.

ప్రాతఃకాలమునం దొనరింపఁబడు శీతలజలస్నానమందే ఘర్షణపద్ధతి నవలంబించు టుచితము. సూర్యరశ్మి భువిపైఁ బ్రసరించినపుడు ఘర్షణస్నానప్రభావము విశేష భాగము నశించిపోవుచున్నది. స్నానమునకుఁ గూర్చుండునపుడు తొలుదొల్త శిరోభాగమును శీతలజలముచేఁ దడుపుట సమంజసము. అటుపిమ్మటనే యితరావయవములఁ దడుపవలయును.

నదీస్నానమునకు నోఁచనివారు తటాకజలము నుపయోగించుకొనవచ్చును. తటాకజలమును లభింపనిచోఁ గూపజలము నుపయోగించుకొనఁ దగును. కూపజలము వేసవియందు శీతలముగను, శీతకాలమం దొకింత యుష్ణముగను నుండును. ఉత్తరభారతమందు శీతకాలమున మన రాష్ట్రమందుకంటె, జలి మిక్కుటముగా నుండును. ఆంధ్రుల

కచ్చటి చలి సహింపరానిది. శీతకాలమందుఁ జలి దుర్భర ముగానున్నను నైష్ఠిక బ్రాహ్మణులు బ్రహ్మముహూర్తము ననే లేచి మంచుగడ్డవలె నతి చల్లగానుండు గంగానదిలో స్నాన మొనరించుచుందురు.

వారు సామాన్యముగా ఘర్షణస్నాన మొనరించుచుం డుటవలననే తీవ్రమగు చలిబాధనుండి తప్పించుకొనఁ గలుగు చున్నారు. సుకుమారశరీరులును, ధనవంతుల బిడ్డలును నగు విద్యార్థులు శీతకాలమందు శీతలజలస్నానమును బ్రహ్మము హూర్తమందే కావించుటకు మిక్కిలి భయపడుచుందురు. అట్టివారీ ఘర్షణపద్ధతి నవలంబించుచోఁ జలిబాధ కలుగ నేరదు. స్నానమొనరించుటకుఁ బూర్వమే శరీరమునంతయు రెండు చేతులతో గట్టిగా నలుపుటచే దేహమం దుష్ణము కలిగి శీతలజలస్నాన మొనరించుటకు వలయు సహనశక్తి నొదవించును. ఘర్షణముచే శరీరమునం దొకవిధమగు విద్యుచ్ఛక్తి కలుగుచుండునని వైద్యులు చాటుచున్నారు. ఈ శక్తియే సమస్తరోగనివారిణి.

ఘర్షణమునకు నోఁచని శరీరభాగము బాగుగా రుద్దఁ బడిన శరీరావయవముల కంటెఁ గడు దుర్బలమయి యుండఁ గలదు. ఘర్షణస్నానము సేయువారు మలబద్ధకము నశించు టకు ముఖ్యముగాఁ బొత్తికడుపును దుండుగుడ్డతో బాగుగా రుద్దుటను విస్మరింపరాదు. అట్లు రుద్దుటచే జీర్ణశక్తి యిను మడించుచున్నది. అపుడు మల మేమాత్రమును పెద్దప్రేగు నందు నిలిచియుండక యాసనముద్వారమున వెడలిపోవఁ గలదు. స్నానమున కాదియందే ఘర్షణక్రియను శిరోభాగ

మున రెండుమూఁడు చెంబుల శీతలజలమును బోసి ప్రారంభించవలయును.

ప్రప్రథమమే శిరస్సు తడపనిచో దేహమందలి యుష్ణమంతయు మస్తిష్కమున కెక్కి స్మరణశక్తిని నష్టమొనరించును. నేత్రదృష్టిని హరించును. కామవికారములఁ బ్రబలఁ జేయును. స్వాస్థ్యమును విధ్వంసపఱచును. ఆయుర్వేద మీకారణముననే "న చ స్నా నా ద్వి నా శి ర ః"యని వచించి యున్నది. ఈ రహస్యము నెఱుంగనివార లెందఱో శిరమును విడిచి స్నాన మొనరించు చుండుటచే భయంకరములగు ననేక వ్యాధులకు గుఱియయి యల్పాయుష్మంతు లగుచున్నారు.

విద్యార్థు లీవిషయమున సావధానులయియుండి శిర స్స్నానానంతరము బిఱుసుగానున్న తడితుండుగుడ్డతో క్రమముగా ముఖమును, మెడను, భుజములను, హస్తములను, జఠరమును, వీపును, నడుమును, కాళ్ళను, పాదములను రుద్దుట మిక్కిలి యగత్యము. అట్లు శరీరమంతయు రుద్దిన పిమ్మట శీతలజలమున స్నానమొనరించి బిఱుసయిన తుండుగుడ్డతో దేహమునంతయు నొత్తివేయవలయును. శరీరమునం దేభాగమున తడి మిగిలియున్న నట గజ్జి పుట్టును.

ఘర్షణస్నానానంతరము పరిశుభ్రమగు వాయువునందు నాలుగు నిముసములు పచారుసేయ దేహ మారిపోవును. అనంతరము ధౌతవస్త్రమును ధరింపవచ్చును. ఘర్షణస్నానముచే దేహ మతిసుందరమును, ప్రకాశమయంబును, ఆనంద పూరితమును, ఉత్సాహభరితమును, శాంతియుక్తమును, సుస్వస్థము నయి మానవుని జీవితము నమందానందకంద మొనరించును.

ముప్పదవ ప్రకరణము

ఆతపస్నానము

ఆతప మనఁగా నెండ. ఎండచే స్నాన మొనరించు టెటులాయను సందేహము ప్రకృతి చిత్రములను, రహస్యముల నెఱుంగని సామాన్యమానవునకుఁ గలుగవచ్చును. ఈ యాతప స్నానము స్థూలదేహముగల రోగులకు మిక్కిలి యుపకరింపఁ గలదు. ఆతపప్రయోగముచే శరీరవ్యాధిని నిర్మూలించు కొనుటనే కొందఱాతపచికిత్స యని నుడువుచున్నారు. దీనిని స్నానమన్నను, చికిత్సయన్నను, లక్ష్యమున కెట్టి భంగము కలుగనేరదు.

మధ్యందిన మార్తాండుఁడు గగనమండలమునఁ బ్రకాశించుచుండు సమయమే యీస్నానమున కర్హమయినది. ఈ స్నానముచే దేహమందు విశేషముగాఁ గూడియున్న యన్య పదార్థము బహిర్గతమయి పోఁగలదు. స్థూలశరీరమును గలిగి యుండు వ్యక్తి మండుటెండలో భూమిపై నొకచాపను బఱచి దానిపై దిగంబరుఁడయికాని, కౌపీనధారియయి కాని పరుండి నఖశిఖాగ్రపర్యంతము మొద్దుకంబళి నొకదానిని గప్పుకొనవలయును.

ఉచ్ఛ్వాసనిశ్వాసముల కనుకూలముగ ముఖముపై మాత్రము గొంగడి లేకుండఁ జేయవలయును. అటులొనరించి దాదాపు 20 నిముసములు పరుండి దైవమును గూర్చి యిట్లు ప్రార్థింపవలయును:

"దయామయా! ప్రకృతినియమోల్లంఘనముచే నేను జడమతినయి మహాభాగ్యమగు దేహారోగ్యమును గోల్పోయితిని. తత్కారణమున యథార్థములగు సౌఖ్యానందములు లేనివాఁడనయి బహుళదుఃఖప్రదంబగు నధమజీవితమును గడపితిని. ప్రకృతియెడ నే నొనరించిన మహాపరాధమున కయి మండుటెండలోఁ బడి మాడుచున్నాఁడను. అనుతాపపూర్వకమగు నావిన్నప మాలించి నన్నారోగ్యవంతునిగఁ జేయుము."

20 నిముసములు గతించునప్పటికి దేహమునుండి స్వేదధార లమితముగ స్రవించి, చాపను, గొంగడిని జలసిక్తము లొనరించివేయును. అపుడు వెంటనే లేచి రోగి పరిశుభ్రమగు పెద్దవస్త్రముతో నఖశిఖాగ్రపర్యంతము దేహమును గట్టిగాఁ దుడిచివేయవలయును. అటుపిమ్మట గృహమందుఁ జల్లనిగాలి వీచుచోటఁ బచారు సేయఁదగును. దేహము చల్లఁబడినంతనే 20 నిముసములు విశ్రాంతిఁ గైకొని యథారీతి శీతలజలస్నాన మొనరింపవలయును. ఆతపమందుఁ బరుండుస్థలము పరిశుభ్రముగను, నిర్మలవాయుపూరితముగను నుండవలయును.

ఎండలోఁ బరుండి లేచినంతనే పిపాస కలిగినను జలపాన మొనరింపరాదు. పుక్కిలించి యుమిసిన చాలును. చెమటచేఁ దడిసిన కంబళిని, చాపను సూర్యాతపమందుంచిన నవియే పరిశుద్ధములై మరునాఁటియాతపస్నానమున కుపయోగింపఁగలవు. ఆతపస్నానమందు ముఖ్యమయినది సూర్యరశ్మి. దీనియందు రోగమును నివారించునట్టి శక్తి

మిక్కుటముగ నుండును. సూర్యరశ్మి లేనిచో భూమండలమున గల మనుష్యులు, మానవేతర ప్రాణులు, చెట్లు, చేమలు నిమేషములో మలమలమాడి పోవుట తటస్థింపం గలదు. సూర్యరశ్మి ప్రాణశక్తికి ముఖ్యాధారమగు వస్తువు. సూర్యరశ్మి విపులముగా వ్యాపించియున్న తావులందు రోగము లుదయించు టరిది. దేహమునం దన్యపదార్థము చేరెన దను సందేహముగల ప్రతివ్యక్తియు నాతపస్నానముచే సూర్యరశ్మి ద్వారమున విశేష ప్రాణశక్తి సంపన్నులగుట శ్రేయస్కరము.

ముప్పదియొకటవ ప్రకరణము

మృత్తికాస్నానము

మృత్తిక యనఁగా మన్ను. మట్టితో దేహరోగనివారణ మొనరించుకొను నీపద్ధతినే కొందఱు మృత్తికాచికిత్స యందురు. స్నానము లన్నింటిలో మృత్తికాచికిత్సకు గణ్యస్థానము నొసంగవలసియుండును. దేశ విదేశములం దనేకు లీస్నానమును మిక్కిలి ప్రేమించుచున్నారు. మానవుని దేహమందుఁ జేరియుండు విషమును హరించుటకు మృత్తికకంటె విశేష ప్రయోజనకరమగు పదార్థము వేఱొండు లేదు.

జలచికిత్సయందుఁ గలియుగ ధన్వంతరియో యన లోకప్రసిద్ధి వహించిన జర్మనీదేశవాసియగు లూయీకూనీగారు మృత్తికయొక్క ప్రభావమును మిక్కిలి సంస్తుతించియున్నారు. గాంధిమహాత్ముఁడు సయితము మృత్తికచే సమస్త రోగముల నివారింపఁజేసికొనవచ్చునని నుడువుచున్నాఁడు.

జర్మనీదేశమందు విషసర్పము కఱచుటచే నసువులఁ బాసినవ్యక్తియొక్క మృతదేహము భూమిలోఁ గంఠమువఱకు నిలువుగాఁ బాతిపెట్ట రెండుమూఁడు గంటలకాలములో నా కళేబరము సజీవమయినట్లు గాంధిగారు తన "ఆరోగ్యమార్గ" మను గ్రంథమున వ్రాసియున్నారు. పాఠకులు చచ్చినవాఁడు బ్రదుకు టెట్లని సంశయింపనక్కఱలేదు. పాము కఱచిన వ్యక్తి విషము దేహమంతట వ్యాపించుటచే మృతప్రాయుఁడయి

యుండవచ్చును. వైద్యుల పరిశోధనమున కేని దురవగాహ మయిన స్థితిలో వానిప్రాణ ముండియుండవచ్చును. కొన్ని క్షణములలో విగతజీవుఁడు కానున్న వానిజీవితము మృత్తికా చికిత్సచే నుద్ధరింపఁబడియెను.

తేలు, పాము మొదలగు విషజంతువులు కఱచినచోట మంచి యొంద్రుమట్టి వేసి కట్టుగట్టినచో విషము దిగిపోవునని మహాత్ముఁడు సెలవిచ్చియున్నాఁడు. శిరోభారముగ నున్నను, నెత్తురుగడ్డలు లేచినను, మహాత్ముఁడొంద్రుమట్టినే యుపయోగింప సలహానొసంగ, మేమిట్లాచరించి లాభమును బడసియున్నారము.

మనుష్యుఁడు జ్వరపీడితుఁ డయినచో నొంద్రుమట్టినే యుపయోగింపఁదగును. జఠరమునం దన్నపదార్థము మిక్కుటముగఁ జేరుటచే నది ముఱిగిపోవ నందు దుర్గంధపూరితమగు నావిరి పుట్టి రోమకూపములనుండి వెడలిపోవుచున్నది. దుర్భిణీయంత్రముచే జ్వరపీడితుని దేహమును బరీక్షించిన వానిరోమకూపములనుండి వేడిగానున్న బాష్పము వెలువడుచున్నటులఁ గానవచ్చును.

పొత్తికడుపుపై నొంద్రుమట్టితో నొకపట్టీ వేసిన జ్వరపీడితునకుఁ గాలవిరేచనమయి జ్వరప్రకోపమును దగ్గించును. మలబద్ధకమే జ్వరమునకుఁ గారణము. కత్తిచే నేదేని యవయవము తెగినను కాలు, చేయి మొదలగునవి బెణికినను, నొప్పి 'నను ఒంద్రుమట్టినే యుపయోగింప వచ్చును.

ఇంతవఱకు మృత్తికయొక్క ప్రభావమును, ప్రయోజ గూర్చి వచించితిని. మృత్తికాస్నాన మెట్లుండునో

విచారింతము. యువకుఁడు ప్రాతఃకాలముననే నిద్రనుండి మేల్కాంచి, మైదానమున కరిగి నిత్యకృత్యములఁ దీర్చుకొని, అటుపిమ్మట నరగంటకాలము వ్యాయామ మొనరింపవలయును. వ్యాయామానంతరము 10 నిముసములకాలము విశ్రమించి నదీతీరమున కేగి దిగంబరుఁడయి నఖశిఖాగ్ర పర్యంతము నదీజలమున కడుగుభాగమున నుండునట్టి యొండ్రుమట్టిని చిక్కగాఁ బట్టించుకొని నిశ్చలముగా నదీతీరమునందు 15 నిమేషముల కాలము కూర్చుండవలయును.

ఇట్లొనరించుటచే దేహమందలి విషమును, అస్వాభావికమగు నుష్ణమును మృత్తిక యాకర్షించివైచి, మనుష్యుని ప్రాణమునకు మిక్కిలి హాయి నొడఁగూర్చును. 15 నిమేషములకాలము గడచినంతనే దేహమునకుఁ జలి కలుగ నారంభించును. అపు డాలసింపక నదీజలమందు స్నాన మొనరింపఁదగును. ఈ మృత్తికాస్నానముచే మెదడునకును, నేత్రములకును, వీర్యమునకును, గుహ్యేంద్రియమునకును, జఠరమునకును గొప్ప ప్రయోజనము కలుగఁగలదు.

ఉడుకురోగము వారికీ మృత్తికాస్నానము రామబాణమువంటిది. వీర్యస్ఖలనవ్యాధి గల యువకులు జననేంద్రియముపైఁ గల చర్మమును దొలఁగించి శీతలజలముతో శుభ్రపఱచి యా లింగము నొండ్రుమట్టిలో కొన్ని నిమేషము లుంచుటచే దేహమునఁగల వేడిని మృత్తిక యాకర్షించును. వీర్యస్ఖలనముచే బిగువుఁదప్పిన కామస్పర్శవాహికలు గట్టిపడి వీర్యస్ఖలనమును నిరోధించివేయును.

యువకు లీ లింగస్నానమును ప్రాతస్సాయంసమయములందు రెండు పర్యాయములాచరింపఁదగును. ఊయాయీ

కూనీగారి జలచికిత్సయందుఁ దొట్టిస్నానమునకును, లింగ స్నానమునకును ప్రత్యేక నియమములు కలవు. వాని నన్నింటి నీ గ్రంథమునఁ జేర్కొనుటకు వలనుపడదు. సూక్ష్మశరీర విజ్ఞాన సంబంధములును, చికిత్సావిషయికములును నగు నా నిగూఢవిషయముల నన్నింటి వ్రాసినచో నీ గ్రంథ మొక వైద్య గ్రంథము కావలసివచ్చును.

మానవుని నిత్యకృత్యములలోఁ బ్రత్యేకశ్రమ లేకయే సందర్భపడు స్వాభావిక చికిత్సావిషయముల ముచ్చటించుట వఱకే నాయుద్దేశ్య మయియున్నది. నే నింతవఱ కారోగ్య సంపాదనమునకయి యవలంబింపవలసిన దని నుడివిన పద్ధతు లలో నే యొకటియు మానవుల దీర్ఘసమయమును హరించు నది లేదు. కావున నీపద్ధతుల విశ్వవిద్యాలయములఁ జదువు విద్యార్థులేమి, ప్రౌఢవయస్కులగు గృహస్థులేమి, ప్రభుత్వో ద్యోగులేమి, పండితులేమి, అస్వస్థదేహులేమి వీరువారను భేదములేక యెల్ల రవలంబింపవచ్చును.

తమ నివాసస్థానమునకు రెండుమూఁడు మైళ్ళదూరము లో నదికాని, ఏఱుకాని, కాలువకాని లేకున్నచో నొక్క సారిగ నేఁటినుండి యొక బండియో, రెండు బండ్లో యొండ్రు మట్టినిఁ దెప్పించి గృహమందు శుభ్రముగానుండు స్థలమునం దుంచఁదగును. తాటియాకులతో నింటికి వెనుకవైపునుండు పెరటిలో మఱుగు నేర్పరచుకొని ప్రతివ్యక్తియు నట నృత్తి కాస్నాన మొనరింపఁ దగును. స్నానానంతరము రోమకూప ములందు మట్టిలేకుండ శుభ్రముగ శీతలజలముతో దేహ ప్రక్షాళన మొనరింపఁదగును. ఒకపర్యాయ ముపయోగించిన యొండ్రుమన్ను మఱి యుపయోగింపరాదు.

ముప్పదిరెండవ ప్రకరణము

ఉష్ణజలస్నానము

ప్రాతఃకాలమే స్నానమున కర్హమయిన సమయమని వచించియుంటిని. ప్రాతఃకాల స్నానముచే శరీరమునకు విశేషమగు చుఱుకుదనము కలుగును. మానసికశక్తులు పరిపుల్లితము లగును. కార్యాచరణమున కుత్సాహము పొంగిపొరలును. శరీరమున కనూనమగు సౌఖ్యము లభించును. గతప్రకరణములందు శీతలజల ప్రభావము వర్ణింపఁబడి యున్నది. ఆలస్యముగా స్నాన మొనరింపరాదు. బ్రహ్మముహూర్తము (వేకువజాము) ననే విద్యార్థు లెల్లరు నిద్ర నుండి మేల్కాంచి నిత్యకృత్యముల నిర్వర్తించుకొని సుస్నాతులగుట శ్రేయస్కరము.

ఉష్ణజలస్నాన మెంతవఱకుఁ బ్రయోజనకరమా యను విషయమునుగూర్చి ప్రసంగింతము. గృహస్థులలో నేఁడు తొంబదితొమ్మండుగురు శీతలజలప్రభావము నెఱుంగక యుష్ణజలము తోడనే సదా స్నానమొనరింప నలవడియున్నారు. ఉష్ణజలస్నానము స్వభావవిరుద్ధ మయినది. కేవల మీ వేడి నీటితో దుర్బలదేహుఁడును, మహారోగియు నగువాఁడు మాత్రమే స్నాన మొనరింపవచ్చును. ఉష్ణజలస్నానప్రీతియు నొక దుర్వ్యసనమే.

దీనిచే దేహమందుఁ గల విద్యుచ్ఛక్తి క్రమముగా నశించిపోఁగలదు. ఉష్ణజలస్నానముచే శీతలజలమును

స్పృశించఁజాలని రోగికిని ప్రయోజనమేమియుఁ గలుగ నేరదు. ప్రారంభ దశయం దుష్ణజలస్నానము శరీరమునకు బలమును గలిగించు నట్లుండును. కాని దానిచేఁ గ్రమక్రమ ముగా సమస్తావయవముల పటుత్వము సన్నగిలి పోవఁగలదు. మహాదుర్బలశరీరుఁడగు రోగియయినను దొలుదొల్త గోరు వెచ్చనినీటితో స్నానమును బ్రారంభించి క్రమముగా శీతల జలస్నానము నభ్యసింప వలసిన దని గత ప్రకరణములో నుడివియే యుంటిని.

వేగముగా వీచుచున్న గాలిలో స్నానమొనరించుటచే దుర్బల శరీరులు తమ శ్వాసకోశములయొక్క హీనస్థితిచే భయంకరాపాయమునకు గుఱియగుదురు. బహిరంగముగ స్నానమొనరించుటచే నష్టము లనేకములు కలవు. అన్యుల దృష్టి సమ్ముఖమున మనము వస్త్రమును ధరించి స్నాన మొనరింతుమేని మర్మస్థానమును బరిశుభ్ర మొనరించుకొన వీలుపడదు.

స్నానమునకు బావియందలి యుప్పునీరు పనికి రాదు. అతివృద్ధులు, శిశువులు, మహారోగులు సయితము గోరు వెచ్చని నీటినయినఁ జల్లార్చియే స్నానమొనరించుట శ్రేయ స్కరము. సారాంశ మేమన నుష్ణజలస్నానము సమస్త జనుల కహితకరమును, అనారోగ్యకరమును నయి యుండు టచే నది సత్వరత్యాజ్యము.

ముప్పదిమూఁడవ ప్రకరణము

బాష్పస్నానము

బాష్పమనఁగా—ఆవిరి. ఆవిరియొక్క సాహాయ్యమున దేహమందలి యన్యపదార్థమును వెడలఁజేయు ప్రవృత్తికే బాష్పస్నానమని పేరు. తలనొప్పి, పార్శ్వపునొప్పి, కడుపునొప్పి, చర్మవ్యాధి, మలబద్ధకము మొదలగు రోగములచే దేహమం దన్య పదార్థము చేరియున్న దనుటకుఁ బ్రబల నిదర్శనములు.

మూఁడు మృణ్మయ పాత్రలలో నిర్మలజలమును గాఁగఁబెట్ట వలయును. అస్వస్థదేహుఁడు పలుచగా నేయఁబడిన మంచముపైఁ గౌపీనధారియయి మఱెట్టి వస్త్రము లేక బోర్లగిలి పరుండి తనపైనుండి మంచము నంతట నాక్రమించుకొని, భూమి నంటునటుఁ బెద్ద విశాలముగు కంబళిని గప్పవలయును. అటు పిమ్మట నొకనిచే సలసల గ్రాఁగిన యా నీటి పాత్రలను దెప్పించుకొని మంచము క్రింద శిరోభాగమునం దొకటియు కటి ప్రదేశమునకు సూటిగా నొకటియు, కాళ్లయొద్ద నొకటియుఁ బెట్టించుకొనవలయును.

అటుపిమ్మట నాపాత్రలపైఁ గల మూఁతలఁ దొలఁగించి నాపాత్రలలోనుండి వెలువడుబాష్పమా ముసుఁగులో నుండి పోకుండ కంబళిని మంచమునకు నలువైపులఁ గప్పించు టుచితము. రోగి 10, 12 నిమేషముల కాల మారీతి నావిరితో నిండుచున్న ముసుఁగులో నుండుటచే దేహమంతయు

స్వేదజల సిక్తమగును. దేహమందలి దుష్పదార్థమును బాష్ప మాకర్షించి వేయును. ఈ పద్ధతి కాక బాష్పస్నానమునకు మఱొకపద్ధతిచే మిక్కిలి సౌకర్యము కలుగఁగలదు. మండుచున్న స్టవ్వుపై సన్నని మూతిగల పాత్రనుంచి యందులో నీరు పోసి యామూతికి సరిపడునట్టి పొడుగయిన గొట్టము నొకదానిని గుడ్డతో నావిరిపోకుండ గట్టి, పొడుగుగానున్న యాగొట్టముయొక్క రెండవవైపు ముఖమును దాను కూర్చుండి తనపై వేసికొనియున్న గొంగడిముసుఁగు లోని కుంచుకొన వలయును. ఈ పద్ధతిచేఁ గావలసినంత బాష్పము స్టవ్వు కాలుచున్నంతవఱకు ముసుఁగులోనికి వచ్చుచుండఁగలదు. ఈ రీతిగ రోగి 15 నిమిషములు ముసుఁగులోనుండి పిదపలేచి వచ్చి పొడిగుడ్డతో దేహమునంతయుఁ దుడిచివైచి 10 నిముసములు మంచిగాలిలో నడయాడి యటుపిమ్మట శీతలజల స్నానము యథారీతి నాచరింపఁ దగును.

స్నాననియమములు

1. స్నానము దినమునకు రెండుపర్యాయము లాచరింపఁదగును. వేసవికాలమం దీ నియమ మవశ్యాచరణీయము. గ్రీష్మఋతువునఁ బ్రతిమానవుని శరీరము స్వేదజలసిక్తమై సహింపరాని దుర్గంధమును బుట్టించుచుండును. స్వేదమందు హానికరమగు విషము కలదు. కావున వేసవియందుదయ సంధ్యల స్నాన మొనరించు టగత్యము.

2. మాసమున కొకతూరి గోరువెచ్చనినీటితో స్నాన మొనరించి సీకాయరసముతో శరీరమునంతయుఁ దోముట

లాభదాయకము. అనుదిన ముష్ణజలముచే స్నానమొనరించ రాదు. ఇది ప్రకృతివిరుద్ధము. కామోద్రేకమునకు మూల కారణము.

3. నదీస్నాన ముత్తమము. తటాకస్నానము మధ్యమము. కూపజలస్నానము సామాన్యము. సముద్ర స్నాన ముత్తమోత్తమము. కారణమేమన నిందొకవిధమగు విద్యుచ్ఛక్తి యుండుటవలన దేహవ్యాధులు హరింపఁబడు చున్నవి. సముద్రపులవణమును మనము ప్రత్యేకజలమున మిశ్రమమొనరించి స్నానమొనరించిన విశేషలాభము కలుగఁ గలదు. లవణమయ జలస్నానానంతరము దేహమును మధు రోదకముచేఁ గడిగివైచు టావశ్యకము.

4. నదులందు స్నాన మొనరించునపు డీదుట విశేష లాభప్రదము. ఇందువలన వక్షస్స్థలము సుదృఢమును, విశాలమును గాఁగలదు. శ్వాసకోశములు పరిశుద్ధములయి పరిపుష్టములగును. సమగ్రశరీరము సుస్వస్థమును, విశేషో త్సాహ పూరితమును, శక్తిసంపన్నమును గాఁగలదు.

5. స్నానమునకును, భోజనమునకును, మధ్య మూఁడు గంటల వ్యవధి యుండవలయును. భుజించినంతనే స్నాన మొనరించుటచేఁ శైత్యము ప్రకోపించి దేహారోగ్యమునకు మూలమగు జీర్ణశక్తిని నష్టమొనరించును.

6. దుర్బలులును, రోగులును వారమున కొకటి రెండు పర్యాయములయిన శీతలజలమున స్నానమొనరిం చుచుఁ గ్రమముగ దానినే యలవడఁ జేసికొనఁదగును.

7. స్నాన మొనరించుస్థలమేకాంతముగను, పవిత్రము గను, వాయుప్రవేశమున కనుకూలముగను, ప్రకాశమయము గను నుండు టావశ్యకము. రహస్యస్థలమున దిగంబరుఁడయి స్నానమొనరించు టుత్తమము. అట్టిపీలు కలుగనిచోఁ గౌపీన మును ధరించుట మధ్యమము. దీనికిని తగువసతి లేనిచో నంగవస్త్రమును ధరింపఁదగును.

8. ఏకారణముచేనయిన శుక్లనష్టమగునేని తత్క్షణము శీతలజలస్నాన మొనరింపవలయును. లింగప్రక్షాళనము మఱువరాదు. జపానుదేశస్థులు ఘర్షణస్నానమును విశేష ముగఁ బ్రేమింతురు. కావుననే జాపానీయులు విశేషోత్సాహ వంతులుగను, ఉద్యోగనిరతులుగను, తేజస్సంపన్నులుగను, దీర్ఘాయుష్మంతులుగను నుండుచున్నారు. మనము విలువ లేని పాత్రలను బాగుగా రుద్దుటను మఱచినారము కాదు. కాని శరీరమును రుద్దుచు స్నానమొనరించు విషయమును మాత్రము విస్మరించితిమి.

దేహశుద్ధికి స్నానముకంటె వేఱుపాయము లేదు. కావున నెల్లరిద్దానినిగూర్చి తగుశ్రద్ధ వహించు టావశ్యకము. ఆర్యావర్తమందలి మహాత్ములలో నొకండును, మహారాష్ట్ర దేశమందలి మహాత్ములలో ముఖ్యుఁడును నగు జ్ఞానేశ్వర స్వామి దేహశుద్ధిని గూర్చి నుడివియున్న కొన్ని పవిత్రవాక్య ములతో స్నానమును గూర్చిన విషయలేఖనమును సమాప్త మొనరించుచున్నాఁడను:—

"The body so purfied, gains the glorious colours of the sunset sky. Old age flies, the sight becomes clear as in youth, and the charms childhood return.

A man who lives clean like this seems young in appearance but his cleanliness gives him the power of man-hood. He acquires incomparable courage The nails of his fingers and feet shine fresh like the tree of gold; his teeth brighten like pearls; his hairs become like rubies; the palms of his hands and feet. look like lotuses; his eyes gain lustre as if his vision not fading before the obstruction of the eye-lashes, leaps forward and ranges as far as the sky. In short, cleanliness of body leading to godliness gives the body the glory of gold."

From Chandawarkar's Light of Life.

"పరిశుద్ధ మొనరింపఁబడిన దేహము సూర్యాస్తమయ కాలమందలి గగనమండలముయొక్క వర్ణముల నీనుచుండును అపుడు వృద్ధాప్య మంతర్హితమయి పోఁగలదు. దృష్టి యౌవనమందు వలెనే నిర్మలమును, పరిస్ఫుటమును నగును. బాల్యమందలి మనోహరత్వము తిరిగివచ్చును. ఈరీతి నిర్మలదేహుఁడయి జీవించు మనుష్యుఁ డాకృతియందుఁ జిన్న వానివలెఁ గానఁగు చుండును. కాని వానిశౌచము వానికిఁ బౌరుషము (మనుష్యత్వము) నొసంగఁగలదు. వాఁడస మానమగు సాహసమును బడయఁగలఁడు. నఖములు, చరణములు బంగారుమ్రానువలెనిర్మలముగాఁదళతళలాడును. వానిదంతపంక్తులు మౌక్తికములకరణిఁ బ్రకాశించును. వాని కేశములు మాణిక్యముల పగిది నగును. వాని కరతల ములు, చరణతలములు పద్మములవలెఁ గానఁగుచుండఁ గలవు. వానినేత్రములు కనురెప్పల వెండ్రుకల నిరోధముచే మందగింపనట్టి దివ్యమగు కాంతినే దృష్టిగాఁ బడయఁగలవు. ఆ దృష్టి యాకాశమువఱకు నిరాఘాటముగా వ్యాపించఁ

గలదు. క్లుప్తములో వచింతుమేని దేహనైర్మల్యము దైవత్వమునకు నడపి దేహమునకు దివ్యమైన బంగారము నొసంగఁగలదు.''

—చందవర్కారుని 'జీవితప్రకాశము' నుండి.

విద్యార్థులారా! దేహనైర్మల్యమునకయి యథాశక్తిఁ గృషిసలుపుచుండుట మీయుత్తమోత్తములగు ధర్మములలో నొకటిగా భావింపుఁడు. జాగ్రత్త! జాగ్రత్త!!

ముప్పదినాల్గవ ప్రకరణము

వస్త్రములు - వేషము

"Those who make their dress a principal part of themselves, will in general, become of no more value than their dress." —W. Hazlitt.

"కేవలము దుస్తులను ధరించుటయందే తనదృష్టిని కేంద్రీభూత మొనరించువాని జీవితమం దావస్త్రముల విలువ కంటె మఱెట్టి విలువయు నుండనేరదు."

—డబ్ల్యు. హాజిలిట్.

హాజిలిట్ గారు వచించినరీతిఁ గేవలము సుందరములగు వస్త్రములచే దేహము నలంకరించు కొనుచుండుట యందే జీవితకాలమును గడపుచు, సుందర వస్త్రధారణమునే జీవిత లక్ష్యముగ భావించువానిజన్మ వ్యర్థమగుననుటలో నేమియు సందియము కానరాదు. ఎల్లప్పుడు మేలి దుస్తులను గూర్చియే విలాసప్రియుఁడయి ధ్యానించుచుండువాని యాత్మ యెట్టి వికాసము లేనిదయి, నిజోన్నతినిఁగూర్చి విచారింపక బట్టలు లభించుటతోడనే మోక్షము లభించినదని భావించి చంకలు గొట్టుకొనుచుండఁ గలదు.

శరీరసంరక్షణమున కావశ్యకములగు పదార్థములలో వస్త్ర మొకటి. వస్త్రశూన్యుఁడయియున్న మనుష్యుఁడు తన దేహారోగ్యమును సంరక్షించుకొనఁ జాలఁడు. మానవుని చర్మము స్వాభావికముగఁ బశువుల చర్మముకంటె మిక్కిలి

కోమలముగ నుండుచున్నయది. ప్రచండాతపమును, అధికమగు శీతవాతములను నెదుర్కొనుటకు మానవునకు వస్త్రమొక దివ్యాస్త్రముగ నున్నది.

గొఱ్ఱెలు మున్నగు జంతువులకు సర్వేశ్వరుఁడు కరుణామయుఁడగుటచే సృష్టియందే దట్టముగానుండు రోమావళినిఁ బ్రసాదించియున్నాఁడు. రోమములు విశేషముగాలేని పశువుల యొక్క చర్మము మిక్కిలి మొద్దుగానుండుటచే ఋతుప్రకోపమద్దానిని మనుజుని బాధించురీతి బాధింపఁజాలకున్నది. పక్షులు మొదలగువాని శరీరములు రోమములచేతను, ఈకెల చేతను గప్పఁబడియున్నవి. మనుష్యుని దేహము కోమలమయియుండుటచే దాని సంరక్షణమునకు వస్త్రమావశ్యకమయి యున్నది.

ఒకప్పుడు మనుష్యుఁడు గుహ్యస్థానమును మాత్రమే వస్త్రముచే నాచ్ఛాదితమొనరించుకొని శేషించిన సమస్త శరీరమును దిగంబరముగ వదలిచేయుచుండెడివాఁడు. కాలక్రమంబున విశ్వమానవజాతియందుదయించిన విజ్ఞానమును, నాగరికతయు నైతికదృష్టితోడను, ఆరోగ్య దృష్టితోడను మానవదేహమునకు వస్త్రమావశ్యకమయి యున్నదని గంభీరముగ సిద్ధాంతీకరించినది. తదాదిగ నవనాగరికులుగ నుండిన మనుష్యులెల్లరు విజ్ఞానమూలమున వివిధకళాపరిజ్ఞానము నార్జించి వివిధములగు జీవితసౌకర్యముల నేర్పఱచుకొనిరి.

నేఁడు విశ్వమున దిగంబరుఁడయి యున్నవాఁడసభ్యుడుగఁ బరిగణింపఁ బడుచున్నాఁడు. గాంధిమహాత్ముఁడు

వస్త్రధారణము సయితము ప్రకృతివిరుద్ధమగు చర్యయే యని వచించుచు నతఁడే తన యీ సిద్ధాంతము జనసామాన్యాచరణ సాధ్యము గాదనియు వచించియున్నాఁడు. లోక మందలి సమస్త జాతులకు సంబంధించిన ప్రకృతివిజ్ఞానము మానవ దేహపోషణమునకు వస్త్ర మావశ్యక మనియే వచించుచున్నయది.

ప్రపంచమందలి సమస్తజాతులు తమతమ జాతీయ వేషములయం దభిమానమును గలిగియే యున్నవి. కాని జ్ఞానభూమి యని విఖ్యాతివహించిన భరతఖండమందు మన సోదరులమధ్య భిన్నములగు వేషములు గోచరించుచున్నవి. నేఁటి భారతీయులదృష్టి కేవలాడంబర ప్రదర్శకములగు వస్త్రములపై ప్రసరించియున్నది. మానసంరక్షణమునకును, దేహ సంరక్షణమునకును మానవజాతికి వస్త్ర మావశ్యక మయినదను జ్ఞానమును భారతీయుఁడు కోల్పోయినాఁడు.

తరుణప్రాయమునందున్న నేఁటి విద్యార్థు లందఱు మనుష్యజీవితమున కలంకారము నీతి యనుమాటను విస్మరించి, విలాసప్రియులై విశేషధనమును వెచ్చించి, ఉల్లాసము కొఱకును, వ్యర్థమగు నాడంబరార్థమును దళుకుబెళుకులు గల వస్త్రముల ధరించుచుండు టెంతయు విచారకరము.

విజ్ఞానమును సంపాదించు ప్రతివిద్యార్థియు వస్త్రమును విలాసపదార్థముగను, ఆడంబరసాధనముగను జూడక దాని నొక నైతికమును, సాత్త్వికమును నగు దేహసంరక్షకసాధనముగ నెఱుంగు టుచితము. కేవల దేహారోగ్యమును

వాంఛించు వ్యక్తి నిర్మలినమునగనున్న నూలుబట్టను ధరించు టెంతయు శ్రేయస్కరము.

బుద్ధిమంతుఁడును, వివేకవంతుఁడును వస్త్రముయొక్క విలువ యెంత స్వల్పముగా నున్నను దానిని గౌరవమును భంగపఱచుదానిగ భావింపరాదు. వస్త్రముయొక్క విలువ దానియొక్క శౌచాశౌచములపై నాధారపడియుండునేకాని దానివెలమీఁదను, తళుకుబెళుకులమీఁదను బొత్తిగా నాధారపడియుండదు. నేఁడు నగరములందు సభ్యులనఁబడువారెల్లరు వస్త్రి మారోగ్యసాధన మను వియమును మఱచి జ్ఞానశూన్యులయి మురికిగానున్న బట్టలనే ధరించుటకు శంకింపకున్నారు.

నగరవాసులు చాకలివాండ్ర సౌకర్యము విశేషముగా లేకపోవుటచేఁ బక్షమున కొకతూరి తాము ధరించియుండు చొక్కాయిల విడుచుచున్నారు. నగరములఁ గొందఱు పక్షముకంటె విశేషకాలము ధరించినను బట్టయొక్క మాపు కానరాకుండ రంగువేయించుచున్నారు. ఇట్టివారి యుద్దేశ్యములో దేహారోగ్యమునకును, వస్త్రమునకును నేవిధమగు సంబంధమే లేనటులు స్పష్టపడుచున్నది. వస్త్రిధారణ విషయమున నేఁటి నగరవాసికంటెఁ బల్లెటూరి పాలముకాపు మిక్కిలి సభ్యపద్ధతి ననుసరించుచున్నాఁ డని నిస్సందేహముగా నుడువవచ్చును.

గ్రామవాసి తాను ధరించు వస్త్రము చంద్రికకంటె ధవళముగా నుండవలయు నని కోరుటలేదు. వాఁడు వస్త్రము

కేవలము పరిశుద్ధముగా నుండుటవలనకే యభిలషించు చున్నాఁడు. అనుదినము గ్రామములం దెంత గర్భదరిద్రులయినను దాము ధరించు వస్త్రముల నుతికింపఁ జేయుచున్నారు. వారి యీ పద్ధతి కడు ప్రశంసనీయము.

సామాన్యముగా మనము ధరించు వస్త్రము 24 గంటల కాలములో మనకు నలుదెసల వ్యాపించియున్న వాయువులోనిధూళిచే ధూసరితమయ్యు, శరీరమునుండి వెలువడు స్వేదముచేఁ దడసియు దుర్గంధపూరితమయి పోవుచున్నయది. అట్టి మలినవస్త్రము మనదృష్టి కెంత సుధాసమానముగఁ బ్రకాశించుచున్నను బరిత్యజింప యోగ్యమయియున్నది. ఒక దినము మనశరీరము నంటియున్న వస్త్రము శుద్ధమొనరింపఁబడనిదే ద్వితీయ దినమందు ధరించుట కనర్హమయి యుండును.

మన దేశమం దనేకులు మడిబట్టయను పేర నొక పట్టుబట్టను దినమునకు రెండుమూడు పర్యాయములు భోజన కాలమున ధరించుచు సంవత్సరములకొలఁది దాని నుతికింపక యటులే యుంచుచున్నారు. మడిబట్ట ఎన్ని సంవత్సరములు గతించినను మైలు పడదను పిచ్చినమ్మకము మనవారియం దనేకులకుఁ గలదు. ఈ మూఢవిశ్వాసమునకు విద్యార్థులు వశవర్తులగుట తగదు.

ఆదర్శప్రాయమగు నైతిక జీవితమును గడపనెంచు బుద్ధిమంతునకు సంవత్సరమునకు 10 రూప్యముల వస్త్రముల కంటె నధిక మక్కఱలేదు. కాని నేఁటి విలాసపరుఁడగు మానవుఁడు తన సాంవత్సరిక వేషమునకయి వందలకొలఁది

రూప్యముల దుర్వినియోగ మొనరించుచున్నాఁడు. వస్త్రాడంబరవాంఛయు మానవుని కామజాడ్యములలో నొకటి. ఇట్టి భయంకరమగు వస్త్రవ్యసనమునకు లోఁబడువిద్యార్థి యొక్క నైతికజీవితమునం దనేకములగు లోపములు వాటిల్లఁగలవు.

సమస్తవిధముల తనహితము నభిలషించు ప్రతియువకుఁడును విలాసప్రియులగు పాశ్చాత్యుల యాడంబర ప్రధానములగు వస్త్రములను ధరింపక దేహారోగ్యము నిమిత్తము స్వల్ప మూల్యమునకే లభించు శుద్ధజాతీయ వస్త్రముల ధరించు టుచితము. ఆడంబరము కొఱకు చొక్కాయిపై మొద్దుగానుండు కోటును ధరించుటచే ననుక్షణము ప్రాణవాయువును పీల్చుకొనుచుండు రోమకూప ముఖములు గుడ్డక్రిందనుండి పోవుటచే దేహమునకుఁ గావలసినంత ప్రాణవాయువు లభింపఁజాలదు.

మనము ధరించు దుస్తులు బిగువుగానున్న మనకు జీవశక్తి నొసంగు పరిశుద్ధమగు వాయువు దేహమును స్పృశింపనేరదు. కావున మనయంగీలు వదులుగా నుండు టావశ్యకము. మానవుని జీవితావస్థలలోనికెల్ల విద్యార్థిదశయే పరమోత్కృష్ట మయిన దగుటచే యువకులు వేషమును గూర్చిన నిజధర్మమును దొలుత గ్రహించి, ఆచరించి, యన్యుల కుపదేశించు టుచితము.

ప్రస్తుతము మనదేశస్థితి ననుసరించి రాట్నముచే సిద్ధ మొనరింపఁబడిన వస్త్రమే ప్రతిభారతీయునకు నైతికముగను,

పారమార్థికముగను, ఆర్థికముగను, ధరింప నర్హమై యున్నది ఆదర్శవిద్యార్థి తన దేశహితము నపేక్షించి, తన దేశమం దుండు బీదల దుస్థితిని దొలగింపఁగోరి దేశీయవస్త్ర నిర్మాణాది పారిశ్రామిక వృత్తుల నభివృద్ధిఁగావించుటకుఁ దాను స్వయముగా నిరాడంబరమగు దేశీయవస్త్రమునే నిత్యము ధరించు చుండవలయును.

వస్త్రవ్యామోహమును దొలఁగించుటకు ఖద్దరుకంటె శ్రేష్ఠమగు సాధనము లేదు. విద్యార్థులారా! వస్త్రము మాన సంరక్షణమునకును, దేహసంరక్షణమునకును భగవానునిచే నేర్పఱుపఁబడిన సాధనమనియు, దీనికిఁ బారిశుద్ధ్యమే ముఖ్యలక్షణమనియు, ఇయ్యది పలుచగానుండి శరీరమున సోకు ప్రాణవాయువును నిరోధింపకుండున ట్లుండ వలయుననియు మీ రిప్పటికి గ్రహించియే యుందురు.

వారము దినములకును, పక్షమునకును నొకసారి శుభ్ర మొనరింపఁబడు బహుమూల్యములగు పీతాంబరముల ధరింపఁ నభిలషించుటకంటె ననుదినము నిర్మలజలముచే నుతుకఁబడు నీరుకావిబట్టను ధరించుటకై సిద్ధపడు యువకుఁడే యుత్తముఁడు.

"Apparel oft proclaims the man." Shakespeare.

"ప్రాయికముగా దుస్తులే మనుష్యుని స్వభావమును దెలుపుచుండును." —షేక్స్పియరు.

విద్యార్థులు నిరాడంబరమగు వేషమును ప్రేమింపఁ గలిగినపుడే యాదర్శ చరిత్రనిర్మాణమునకు వలయు సాధన సంపత్తిని సంపాదించుటయందుఁ జరితార్థులు కాఁగలరు.

చాకలివాఁడు నగరములందు లభించుటలేదని మలినవస్త్రముల ధరించుటకంటె మహాపురుషులగు కర్మయోగులవలెఁ దన బట్టలఁ దానే యనుదినము ప్రాతఃకాలమున స్నానమొనరించునపుడు పిండి యారవేసుకొనుట కడు లెస్స.

"Simple dress of cleanliness is required for plain life. Costly dress does not develope the civilisation of man."

"నిర్మలమగు సామాన్యవేషమే సాధుజీవితమున కావశ్యకమయి యున్నది. అమూల్యమగు వేషము మానవుని నాగరికతను వృద్ధిఁగావింపనేరదు."

మానవుని నాగరికతను సూచించునది సత్ప్రవర్తనమే కాని, ఆడంబరప్రధానమగు వేషము కాదు. సానివలె శృంగారించుకొనిన యువకుని నాగరికునిగ భావించు మూఢయుగము గాంధి యవతరించుటచేఁ గ్రమక్రమముగా నంతరించి పోవుచున్నది. ప్రభుత్వ విశ్వవిద్యాలయములందుఁ జదువు విద్యార్థులయినను ఇస్త్రీబట్టలు కదా యని రెండు మూఁడు దినములు మురికిగుడ్డల ధరించి దేహారోగ్యమును లక్ష్యముసేయకుండుట మిక్కిలి లజ్జాకరము.

సకలభారత విఖ్యాత మహాపురుషుఁడగు విద్యాసాగరుఁడు తాను పండితపరీక్షకయి చదువుచున్నపుడును, తన యాడంబర శూన్యములగు దుస్తులఁ దానే యుతుకుకొనుట ఒక పవిత్రమగు విధిగఁ దలపోయుచుండెడివాఁడు. మలవిసర్జనానంతర మాసనమును స్వహస్తముతోఁ బ్రక్షాళనమొనరించు

కొన సిగ్గుపడని విద్యార్థి తనవస్త్రములఁ దా నుతుకుకొను టకు శంకించు టెంత లజ్జాకరమో విచారింపఁదగును.

కర్మవీరులును, జ్ఞానమూర్తులును కావలసిన విద్యార్థులు మూఢులయి నైతికసంస్కరణ సాధనమగు వేషము నందు విలాసమునకుఁ దావొసంగక కేవల నైర్మల్యమునకే స్థానము నీయ హెచ్చరించుచున్నాఁడను. వేషాడంబర వ్యామోహవిసర్జనము నైతికజీవితనిర్మాణమునకొక ముఖ్య సాధనము.



ముప్పదియైదవ ప్రకరణము

నిద్ర

తే॥ గీ॥ బడలికను దీర్ప నొడలికి ♦ బలము గూర్పఁ
బాటవముతోడ బుద్ధికిఁ ♦ దేటుగొల్పఁ
జక్కఁగాఁ బనిసేయను ♦ త్సాహమిడఁగ
నుచితమగు నిద్ర పరమేశుఁ ♦ డొసఁగె మనస.

—ప్రబోధశతకము.

దయామయుండగు పరాత్పరునిచే సృజింపఁబడిన చరాత్మక ప్రపంచమందలి ప్రతిజీవికిని విరామములేక విశ్రాంతి స్వాభావిక ధర్మమయి యున్నది. జీవరాసులయందేజీవమును విశ్రాంతిశూన్యమగు జీవితమును గడుపనేరదు. మనుష్యజాతియొక్క హితమున కావశ్యకములగు విశ్రాంతులలోనికెల్ల నిద్ర ముఖ్యమైనది. నిద్రలేని మనుష్యుఁడు త్వరలో దేహారోగ్యమును గోల్పోయి భయంకర మృత్యువాతను బడిపోఁగలఁడు.

మనుష్యుఁడు నిరాహారియయి కొన్నిదినములు జీవింపఁగలుగుచున్నాఁడు. కాని యొక్క దినమేని నిద్రలేకుండ మనుష్యుఁ డుండఁజాలఁడు. మనము దినమంతయు నుద్యోగమొనరించి సాయంతనమగు సరికి బొత్తిగా నలసిపోవుచున్నారము. అట్టి పరిశ్రాంతి నిద్రచేఁగాని దూరము కాఁజాలదు. సూర్యభగవానుఁ డస్త్రాద్రి కరగినంతనే ప్రపంచము నల్దెసలఁ

జీఁకట్లు క్రమ్మటతోడనే స్వాభావికముగ నిద్ర మానవు నాక్రమించుచున్నయది.

ప్రకృతి స్వతంత్రమయినది. దానిగతియు స్వచ్ఛందమే. కావున దానిని విరోధించుట తన్నుఁ గష్టములపాలొనరించుకొనుటయే. తుమ్ము వచ్చినపుడద్దాని నాపుకొనుటచే మెదడునకు గొప్పదెబ్బ తగులుచున్నయది. మానవదేహమునకు నిద్ర యొక స్వాభావిక ధర్మము. రాత్రి యగుటతోడనే నిద్రింపని మనుష్యుఁడు ప్రకృతిశాసనము నుల్లంఘించినవాఁ డగుచున్నాఁడు. స్వాభావిక వ్యాపారమును సకాలమందు నిర్వహింప కుండుటవలనను, మీఁదుమిక్కిలి నిరోధింప యత్నించుట చేతను మనుష్యుని దేహారోగ్యమును, ఆయువును నష్టమగుచున్నవి. మనుష్యుఁడు పగటివేళఁ దా ననుభవించు కష్టనిష్ఠూరములను, తాపమును, శోకమును, భీతిని మఱచిపోవుటకు నిద్ర యెంతయు సాహాయ్యభూత మగుచున్నయది.

ఆరోగ్యశాస్త్రవేత్తలు త్వరగారాత్రులందునిద్రించుటకును, ప్రాతఃకాలమునఁ ద్వరగా మేల్కాంచుటకును, మనుష్యుల హెచ్చరించుచున్నారు. రాత్రికాలమందు 10 గంటల మించి మేల్కొని యుండరాదు. వేకువజామున 4 గంటలకుఁ బిదపఁ దల్పముపై శయనించి యుండరాదు. కారణమేమనగా స్వాభావికముగా స్వప్నదోషములు రాత్రి యొక్క తుదిజామునందే కలుగుచుండును. బాల్యకాలమును వృథా పుచ్చువాఁడు యౌవనకాలమం దెట్లు సుఖింపఁ జాలఁడో, అదియేచందమున రాత్రివేళఁ దొలిజామునందు

నిద్రింపక, అసమయమును దుర్వినియోగ మొనరించువాఁడు దినమం దేక్షణమునను సుఖింపఁ జాలడు. రాత్రియందు భోజనమునకుఁ బిదప దాదాపు 2 గంటలు మేల్కొనియుండి యటుపిమ్మట శయనించి బ్రహ్మముహూర్తముననే నిద్రా విముక్తుఁడయి సూర్యోదయమునకుఁ బూర్వమే నిత్యకృత్యముల నన్నింటి నిర్వర్తించుకొనువాఁ డుత్తమారోగ్యసంపన్నుఁడయి, సౌఖ్యానందముల ననుభవింప సమర్థుఁడగును.

"I was an early riser. Happy is the man who rises early every morning, and day comes to him with virgis love, full of bloom, and purity and freshness. I doubt if any man can be called 'old' so long as he in an early riser and early walker." —Lord Lytton.

"నేను ప్రాతఃకాలముననే మేల్కొంచువాఁడను. ప్రాతఃకాలము మేల్కొనుటచే మనుష్యుఁడు సుఖసంపన్నుఁడగును. పెద్దప్రొద్దుననే నిద్రనుండి విముక్తినందువానికిఁ బ్రతిసూర్యోదయకాలమును విశుద్ధమగు కాంతానురాగముతోడను, సంపూర్ణ వికాసముతోడను, నైర్మల్యమును సూచించు మృదులహాసముతోడను సుస్వాగతము నొసంగుచు, ప్రాతఃకాలమున నిద్ర మేల్కొంచువాఁడును, నడచువాఁడును వృద్ధత్వమునకుఁ బ్రాపించుననుట సందేహాస్పదమగు విషయము."
—లిట్టను ప్రభువు

ప్రాతఃకాలముననే నిద్రనుండి లేచుటచేఁ గలుగు ప్రయోజనము లనంతములు. మహాపురుషులనేకు లీసదభ్యాసమును సంస్తుతించి యున్నారనుట కనేకములగు ప్రమాణములు కలవు. జవసత్త్వములను, దేహారోగ్యమును, బలవీర్య

తేజములను వృద్ధిఁగావించుకొనవలసిన యువకులు ప్రాతః కాలముననే నిద్రనుండి మేల్కాంచుటనుగూర్చి మహాపురుషులు వచించిన హితోపదేశవాక్యములఁ గొన్నింటి నాలించి నిచోఁ బరమకల్యాణము సిద్ధింపఁగలదు.

"ప్రాతఃకాలముననే నిద్రనుండి మేల్కాంచు సదభ్యాసమును గలిగియుండుట ప్రతివ్యక్తికి శ్రేయస్కరమగు కర్తవ్యము. ఈసదభ్యాసముచే మనుష్యునకు ధనజ్ఞానారోగ్యములు సులభసాధ్యము లగును." —విజ్ఞానవేత్త, అరిస్టాటిల్.

రష్యాదేశముయొక్క సుప్రసిద్ధ సార్వభౌముఁడగు ద్వితీయ ఫ్రెడరిక్కు దుర్బలశరీరుఁడయి యుండియుఁ బ్రాతస్సమయముననే తన్ను సక్రమముగ నిద్రనుండి మేల్కొల్పుటకుఁ బరిచారకుల కాజ్ఞ నొసంగి తన్మూలమున సబలుఁడయ్యెను. రష్యాదేశపు చక్రవర్తియగు పీటరు దిగ్రేటు అనునతఁడు లండను నగరమునకు నౌకానిర్మాణవిద్య నభ్యసించుట కేగినపు డచట నిత్యము బ్రాహ్మముహూర్తముననే సెజ్జను వీడుచుండెడివాఁడు. సుప్రసిద్ధ చిత్రకారుఁడగు రావేన్సరు ప్రాతఃకాలముననే నిద్రనుండి లేచుచుండెడివాఁడు. ప్రాతఃకాలముననే మేల్కాను వ్యక్తిహృదయము వికాస ప్రపూర్ణమయి యుండుననియుఁ దన్మూలమున నెట్టిఘన కార్యమునయినఁ గొనసాగింపవచ్చుననియుఁ దాను సంపాదించియున్న రాజనీతి పరిజ్ఞానమునకును, సాహిత్యప్రజ్ఞకును బ్రాతస్సమయ నిద్రావిమోచనమే మూలకారణమని రావేన్సను నుడివియున్నాఁడు. విఖ్యాతోపాఖ్యానలేఖకుఁడగు వాల్టేనుస్కాటుయను నతఁడు అసాధారణ భాషాపాండిత్య

మును, జ్ఞానమును సంపాదించుటకుఁ బ్రాతఃకాలమే తగిన సమయమని నిర్ధారణ గావించియున్నాఁడు. ప్రతివ్యక్తియు దేహారోగ్య వాంఛాలోలుఁడయి రాత్రి 9 గంటలగుసరి కేని నిద్రించి బ్రాహ్మముహూర్తమున మేల్కాంచుట లగ్గు.

"ప్రాతఃకాలముయొక్క ప్రకృతి కడు శీతలముగను, రమ్యముగను, నిస్తబ్ధముగను నుండును. ప్రకృతియొక్క యిట్టి ప్రశాంతస్థితియందు నిద్ర మేల్కాంచి దీపప్రకాశ సమ్ముఖమునఁ గూర్చుండి పండితుఁడు గ్రంథమును వ్రాయఁ బూనినచో నాగ్రంథముయొక్క విలువకుఁ బారమే యుండ నేరదు."

—ట్రాలోప్.

"ఉషఃకాలముయొక్క సుశీతల వాయుసంస్పర్శముచే దేహారోగ్యమున కెంతయో మేలు కలుగగలదు. రక్తము వృద్ధియగును. శరీరము తేజోమయంబగును. వదనమండలము సురుచిరకాంతి దీపితంబగును. బ్రాహ్మముహూర్తముననే నిద్రనుండి మేల్కాంచి సక్రమముగ 4 మైళ్ళ దూరము నడచుచుండుటచే నా దేహారోగ్యమున కపారమగు లాభము చేకూరినది."

—రామతీర్థస్వామి.

ఆఫ్రికాదేశపు నీగ్రోలయొక్క సామెతలలో "ప్రాతస్సమయముననే మేల్కాంచువానికి భ్రమణబాధ్యత స్వల్పమగు" నను దాని కెంతేని విలువ కలదు. విద్యార్థులనేకులు రాత్రులందు సకాలమునకు నిద్రింపక విద్యాభ్యసన

లోభముచే నారోగ్యనియమముల నతిక్రమించుచున్నారు. ఈరీతిగా నిర్బంధముచే రాత్రికాలమందు నిద్రను నిరోధించు వాఁడు పగఁటివేళ తన కంటిఱెప్పలు మూఁతపడుచుండుటఁ గాంచి వివశుఁడయి తన యుద్యోగమును మానుకొని నిద్రింపవలసిన వాఁడగుచున్నాఁడు. పగఁటి నిద్ర యస్వాభావిక మయినది. అస్వాభావికాచరణము దేహారోగ్యమును హరించుటకు విషసమానమయినది. ఎంతటి యవసరకార్యము తటస్థించినను రాత్రులందు సకాలపు నిద్ర కెట్టి భంగమును గలిగింపకుండుట ధీమంతుని లక్షణము.

యువకు లనేకు లొక్కసారిగ గ్రంథముల నన్నింటిని గంఠస్థ మొనరింపవలయునను ప్రలోభనమునను, సినీమాలు, నాటకములు మొదలగు వానిని దర్శించునిమిత్తమును విశ్రాంతి దాయకములును, దేహారోగ్యవర్ధకములును నగు రాత్రులను నిద్రకయి వినియోగింపక వృథాపుచ్చుచున్నారు. రాత్రినిద్ర లేమిచేఁ గలుగునష్ట మొక్కసారిగఁ బ్రత్యక్షము గాకుండుటయే యువకుల నిద్రయెడ నిర్లక్ష్యభావపూరితులఁ గావించు చున్నయది.

“ఒక్కరాత్రి నిద్ర చెడిన కలుగు ననారోగ్యము 6 మాసములకేని దూరముకా” దనుసామెతయం దెంతయో గంభీరమగు భావము కలదు. రాత్రులందుఁ ద్వరగా నిద్రింపని వ్యక్తి సూర్యోదయమునకుఁ బూర్వమే మేల్కాంచుట పొసఁగనేరదు. ప్రాతఃకాలమున నిద్రనుండి మేల్కాంచని వాఁడు సూకరముకంటె హీనుఁడని శ్రీ బుద్ధాది మహాపురుషు లెందఱో నొక్కి వక్కాణించియున్నారు.

బాలభానుని ముఖమండలము నవలోకించి శయ్యా తలమును బాయువాఁడు పరమ దౌర్భాగ్యుఁడు. శ్రీ బుద్ధ ప్రభువు ప్రాతఃకాలమును సుధాసమయమనియు, సౌభాగ్య కాలమనియు వచించియున్నాఁడు. ప్రభాతకాలమునం దెంతయో పీయూషరసము నిండియున్నది. అట్టి సుధారస మును బాన మొనరింపక శవప్రాయముగ సెజ్జపైఁ బడియుండు వాఁ డెంతటి మందభాగ్యుఁడు !

ఋష్యాదులు ప్రభాతకాల దివ్యామృత సేవనమునుండి వంచింపఁబడు వ్యక్తిజీవితము నిర్జీవమయి, వికాసశూన్య మయి, సౌఖ్యానందదూరమయి భారసదృశముగ నుండునని నుడివి యున్నారు. అట్టివాని దేహమం దెట్టియుల్లాసము లేకుండుటచే వానిమానస మేకార్యము నాచరించుటకును నుత్సహింపక విసువుఁజెందుచుండును.

కావున రాత్రికాలమందు మనుష్యుఁడు నిద్రచే విశ్రాంతి సౌఖ్యము ననుభవించి, దినమంతయు శ్రమ సలిపి డస్సియున్నట్టి యంగ ప్రత్యంగముల సేదదీర్చి, ఉషస్సు సమీపించినంతనే నిద్రనుండి మేల్కాంచినచో వాని దేహ మన శ్శక్తులన్నియుఁ దేజోవంతములయి, బలాఢ్యములయి, నవీన కార్యారంభమునకు సమర్థములయి యుండఁగలవు. అట్టి దశయందు మానవుఁ డెట్టి కఠినకార్యమునైన నిజ దేహమునందు వెలయు సముచిత బలోత్సాహ విశేషమున సులభముగ సాధింపఁగలడు.

నేఁడు దేశమందు మహాపురుషులుగ నుండి లోకారా ధ్యులగుచున్నవా రెల్లరి జీవితచారిత్రముల పుటలను ద్రిప్పి

వీక్షింతుమేని, వారెల్లరు రాత్రులందు సకాలమున నిద్రించి, బ్రాహ్మముహూర్తముననే నిద్రనుండి మేల్కాంచి పరాత్పరుని యా నిశ్శబ్దమగు గంభీరసమయమున హృదయపూర్వకముగ బ్రార్థించి సక్రమముగాఁ గాల్యకరణీయముల నెల్లఁ దీర్చికొని ప్రభాత మొసంగు మందమారుతమును సేవించుచుఁ బవిత్ర గ్రంథపారాయణ మొనర్చియున్నటుల మనకు స్పష్టపడఁ గలదు.

అభ్యుదయపదవి నందవలసియున్న యువకు లెల్లరు ప్రకృతియొక్క సిద్ధాంతమును గౌరవించి సకాలమందే నిద్రించి వేకువయందే సెజ్జను బాయుదురేని తప్పక యుద్ధరింపఁబడఁ గలుగుదురు.

"Early to bed ane early to rise
Makes a man healthy, wealthy and wise"

"త్వరగా నిద్రించి త్వరగా మేల్కాంచుటచే మనుష్యుఁ డారోగ్యవంతుఁడును, భాగ్యవంతుఁడును, ధీమంతుఁడును గాఁగలుగుచున్నాఁడని" యొక యాంగ్ల పండితోత్తముఁడు సెలవిచ్చియున్నాఁడు.

పండితుని యీ కథనమందలి ప్రతియక్షరము సత్యము నే చాటుచున్నయది. రాత్రులం దాలస్యముగ నిద్రించి వేకువయందు నిద్దురనుండి మేల్కాంచని వ్యక్తి స్వస్థశరీరుఁడును, భాగ్యశాలియు, వివేకియుఁ గానేరఁడనుట తథ్యమే.

బ్రాహ్మముహూర్తమున లేచి మనుష్యుఁడెట్టిభావములఁ జింతించునో దినాంతమునకటి కట్టి పరిణామ దశయందే

యుండఁ గలుగుచున్నాఁడు. ఈ రహస్యము నెఱుంగని మూఢులు దినమం దేదేని దుష్కార్య మొనరించి నష్టపడి 'ఈ దినమం దుదయమున లేచి యెవనిమోముఁ జూచితినో దినమంతయు గండములే' యని విచారించుచున్నారు.

ప్రభాతకాలమున నిద్రనుండి మేల్కాంచినంతనే వికారములను, దుర్గుణములను ధ్యానింపక, పుణ్యభావముల నూహించుచుండు మనుజుఁడు యావద్దినము పరిశుద్ధుఁడయి, సద్వర్తనుఁడై మెలంగి యెల్లరిప్రేమవిశ్వాసములకుఁ బాత్రుఁడయి సుఖించును. కావునఁ బ్రతియువకుఁడు రాత్రులందు 9 గంటలకే నిద్రించి వేకువజాముననే శయ్యాతలమును వీడి సర్వేశ్వరుని సభక్తికముగఁ బ్రార్థించి తనజీవితాభ్యుదయమునకు వలయు పవిత్రబుద్ధిని, వివేకమును బ్రసాదింపు మని యాచించుచుండుటచే స్వల్పకాలమందే సాధువర్తనుఁడయి భువి విశుద్ధానందమయ స్వేచ్ఛాజీవితమును గడపఁగలఁడు.

నిద్రయొక్క నిబంధనలు

1. సదా ప్రకాశమయమును, నిర్మల వాయుపూరితమును, పరిశుద్ధమును నగు స్థలమందే శయనింపవలయును.

"Where there is no sun, there is no health and Wealth."

"ప్రకాశము లేనిచోట నారోగ్యభాగ్యము లుండనేరవు" అను వాక్యమును విస్మరింపరాదు.

2. విద్యార్థి నిరంతరము స్త్రీలుండు స్థలమునను, మఱి యితరపురుషులతోఁ గూడియు నిద్రింపరాదు. ఏకాంతశయనమే శ్రేయస్కరము.

3. ఆచ్ఛాదనవస్త్రములు స్వచ్ఛములును, పలుచని వియు నయి యుండవలయును. పఱపుపైఁ బరుండరాదు. అయ్యది మెత్తగను, వేడిగను నుండునదగుటచే నింద్రియా దుల కుద్రేకము సహజముగాఁ గలుగును. మెత్తని పాన్పులు స్వప్నదోషములకుఁ గారణము లగుచున్నవి. రెండు మూఁడు దినముల కొక్కసారియయిన నుతికించుటకు వలను పడని వస్త్రములు సెజ్జ కేర్పఱచుకొనరాదు. పఱుపులు మొదలగునవి యుతికింపరాని వగుటచే వానియం దమితముగా ధూళియు, విషక్రిములును జేరియుండి మనదేహారోగ్యమును హరించును. శాలువా మొదలగు నున్నివస్త్రములునిత్య ముతికించుటకు వీలులేని వగుటచే నెండలో వేయుటవలన సూర్యరశ్మి ప్రభావమున వానియందలి మాలిన్యమంతయు నంతర్హిత మయి పోఁగలదు.

4. మనము నిద్రించునపుడు ముఖమును గుడ్డతోఁగప్పు కొనరాదు. సాధ్యమయినంతవఱకు శీతకాలమందును శరీర ముపై వస్త్రమును గప్పుకొన కుండుటయే శ్రేయస్కరము. అందుచే మన కెక్కువగాఁ బ్రాణవాయువు లభించి యారో గ్యమును వర్ధిల్లఁజేయును. విశేషముగా నూగులాడుచు నింద్రియముల సంచలింపఁ జేయు మంచములమీఁదను బొగ్గుపులుసుగాలితో రెండడుగుల యెత్తువఱకు నిండి యుండు భూమిమీఁదను శయనింపరాదు. కఠినముగా నుండు బల్లపైఁ బరిశుభ్రముగ నున్న తెల్లని దుప్పటి పఱచుకొని పరుండుటచే శరీరావయవములు గట్టిపడి సులభముగా వీర్య స్ఖలనమగు గుణమును నశింపఁ జేయును. ఆత్మోద్ధరణముఁ

గోరువారెల్లరు రాత్రులందుఁ ద్వరగా నిద్రించి ప్రభాత కాలమున శీఘ్రమే మేల్కాంచుట ప్రయోజనకరము. రాత్రు లందు 6 గంటలకు మించియు 7 గంటలకు లోపలను నిద్రించువాఁ డారోగ్యవంతుఁడగును.

5. విద్యార్థు లెల్లరు వేకువజామున 4 గంటలకే నిద్ర నుండి విముక్తులయి నిర్మల వాయుసంభరితమగు మైదానమునఁ గూర్చుండి సర్వేశ్వరునిఁ బ్రార్థించి మనశ్శాంతి నొడఁ గూర్చుకొనుట శేయస్కరము.

6. నిద్రించునపుడు దీపము నార్పివైచుటను మరువ రాదు. నిద్రించిన పిమ్మట దీపము వెలుఁగుచుండినచో దాని జ్యోతినుండి వెలువడువిషవాయువు గదియందంతట వ్యాపించి మనము శ్వాసించు ప్రాణవాయువును దూషిత మొనరించి వేయును. అందుచే శ్వాసకోశముల కపారమగు నష్టము వాటిల్లును.

7. నిద్రించుటకు దొలుతను, మేల్కాంచిన పిమ్మటను మృణ్మయపాత్రయందలి కాని, తామ్రపాత్రయందలి కాని, నిర్మల శీతలజలమును పానమొనరించుటచే నత్యుష్ణము, మలబద్ధకము, నేత్రతాపము మొదలగువ్యాధులు నశించును. ఈశ్వరధ్యానము సయితమీరీతిఁ బరుండుటకుఁ బూర్వమును, మేల్కాంచిన యనంతరమును సేయుట శుభప్రదము.

8. శయనించుటకుఁ బూర్వమును, నిద్రనుండి మేల్కాంచినపిమ్మటను మన మెట్టి పవిత్ర కార్యాచరణమందుఁ దల్లీ నులమై యున్నను మూత్రమునొక్కక్షణమేనినిరోధింపరాదు వీర్యస్ఖలనవ్యాధికి మలమూత్రనిరోధము ముఖ్యకారణము.

9. నిద్రవచ్చువఱకు సెజ్జ కరుగరాదు. సెజ్జపై వృథాగా శయనించియుండుటచేఁ జిత్తమం దెన్నియో దుర్భావము లుదయించి నైతికజీవితపతనమునకు యత్నింపఁ గలవు. నిద్రించుసమయమున మనస్సునందుఁ బ్రాపంచిక ములగు విషమ సమస్యలను గూర్చియు, జంజాటములను గుఱించియు విచారింపరాదు. సుఖనిద్రనుగూర్చియే చింతింపఁ దగును.

10. నిద్రకుఁ బూర్వము మానసమునం దుచ్చ ములును, ప్రశాంతములును, గంభీరములును నగు సద్భావ ములఁ గలిగియుండుటవలనను, హృదయమం దీశ్వరుని ధ్యానిం చుటచేతను సుధామధురమగు నిద్ర తత్క్షణము ప్రత్యక్షము కాఁగలదు.

11. నిద్ర యెంతసేపటికిని రానిచో నొక ఫర్లాంగు దూరము పర్యటించిన వెంటనే రాఁగలదు. నిద్రించునపుడు అధికముగ వస్త్రముల ధరింపరాదు.

12. నిద్రకుఁబూర్వము శరీరమునం దెట్టి వస్త్రమును లేకుండఁ జేసినచో దేహమునకుఁ జల్లనిగాలి సోకినంతనే నిద్ర ప్రత్యక్షమగును.

13. మోకాళ్ళనుండి పాదములవఱకును, కటిప్రదేశ మును, శిరోభాగమును శీతలజలముచేఁ బ్రక్షాళన మొన రించుటచే నిద్ర వెంటనే యావహించును. స్వప్నదోషములు కలుగనేరవు.

14. నిద్రనుండి మేల్కాంచినంతనే నేత్రములపై నేవిధమగు ప్రకాశము ప్రసరింపరాదు. సెజ్జనుండి లేవగనే

హస్తప్రక్షాళన మొనరించుకొని శీతలజలముచే నేత్రద్వయమును గడుగుటచే నయనవికారము లన్నియు నశించి, దృష్టి తేజమును వృద్ధిఁగావించును.

15. నిద్రకుఁ బూర్వ మొకటిన్నరగంటలకు ముందుగనే లఘ్వాహారమును స్వీకరించి యుండవలయును. ఆరగించుటయే తడవుగా నిద్రించుట హానికరము.

16. పగటివేళకంటె రాత్రియందు జీర్ణశక్తి తక్కువగా నుండుటచే మిక్కిలి పౌష్టికాహారమును భుజింపరాదు. నిమ్మకాయలు, దోసకాయలు, పప్పు, పెరుగు, నూనెపదార్థములు రాత్రులందు భుజింపఁదగనివి.

ముప్పదియారవ ప్రకరణము

ఆరోగ్య సూత్రములు

1. శరీరారోగ్య సంరక్షణమునకుఁ బరిశుద్ధమగు వాయువును సదా సేవించుచుండవలయును. అపరిశుద్ధమగు వాయువు స్వాస్థ్యమును నశింపఁ జేయును.

2. దేహపోషణమునకు నిర్మలమగు మధురజలపాన మావశ్యకము. జలపారిశుద్ధ్యవిషయమున సందేహమున్నచోఁ గాఁచి వడియఁ గట్టుటవసరము.

3. దేహముయొక్క సహజపోషణమునకు సాత్త్వికాహారమే శ్రేష్ఠమయినది. ఆహారవిషయమున రుచుల నభిలషించరాదు.

4. సూర్యరశ్మియు ప్రకాశమును స్వాస్థ్యమును వృద్ధిఁ గావించును.

5. చన్ణాద్రావణములందు శ్రద్ధవహించు మనుజుని దేహమందన్యపదార్థము నిలిచియుండనేరదు.

6 దేహారోగ్య సంరక్షణమునకు సమశీతోష్ణస్థితులఁ గల్పించుచుండవలయును.

7. భుజించినట్టి యాహారమును జీర్ణింపఁ జేసికొనుటకుఁ దగిన దేహపరిశ్రమ యుండవలయును. సముచితవిశ్రాంతియు శరీరమున కగత్యమే.

8. విషపదార్థములనుండియు, మాదకద్రవ్యముల నుండియు, సూక్ష్మజీవుల నుండియు, మాలిన్యమునుండియు శరీరమును సంరక్షించుచుండవలయును.

9. భుజించు ప్రతిపదార్థమును దంతములతోఁ గాటుకగా నమలి మ్రింగవలయును. లేనిచో నాహారమును భుజించుట సుఖమునకు మాఱు దుఃఖమునకే కారణమగును.

10. దినమునకు రెండుపర్యాయములు శీతలజలస్నానమాచరించుట శ్రేయస్కరము. ఇదితప్పిన బ్రాహ్మముహూర్తమం దొక్కసారియయిన శీతలజలమున స్నానమొనరించుటావశ్యకము.

11. పాక మొనరింపఁబడిన పదార్థములకంటెఁ బ్రకృతిసిద్ధములగు సుపక్వ మధురఫల భక్షణమే విశేషారోగ్యదాయకము.

12. ఏమఱి నోటితో శ్వాసింపరాదు. ఇట్లొనరించుటచే శ్వాసకోశములు చెడిపోవుచున్నవి.

13. సుగంధద్రవ్యములకును, దేహారోగ్యమునకును నెట్టి సంబంధమును లేదు.

14. అనుదినము పరిశుభ్ర మొనరింపఁబడిన వస్త్రములనే ధరింపవలయును.

15. ప్రతిదినము ప్రాత స్సాయంసమయముల బహిరంగప్రదేశములందు విహారము సలిపి వచ్చుటచే దేహారోగ్యము వర్ధిల్లును.

16. మననివాసగృహము పరిశుద్ధమును, ప్రకాశ యుక్తమును, వాయుపూరితమును, ఉన్నతస్థలముపై నిర్మిత మయినదియు నయి యుండవలయును.

17. దినమునకు రెండు పర్యాయములు భుజించు టుత్తమము.

18. కోరువారు మూఁడు పర్యాయములు మితముగ భుజింపవచ్చును.

19. రాత్రివేళలం దాలసింపక లఘ్వాహారము నే స్వీకరింప వలయును.

20. దినమునకు రెండు పర్యాయములే భుజించువారు ప్రాతఃకాలమున వ్యాయామానంతరము స్నానమొనరించి, తదనంతరము రాత్రికాలమందు నీటియందు నానబోసి యుంచిన సెనగలను నమలి తినుట శ్రేయస్కరము.

21. దుర్జనసాంగత్యము తగదు. దుర్విషయములఁ జింతించుటగాని, నీచగ్రంథముల లిఖించుటగాని, పఠించుట గాని, దుష్టులచే నాలించుటగాని తగదు. క్రోధము, ద్వేషము, ఈర్ష్య శరీరమున విషమును బుట్టించునవి. కావున సత్వర పరిత్యాజ్యములు. కామప్రసంగమును మఱచియుఁ జెంతఁ జేరనీయరాదు.

22. దేహారోగ్యమునకు సద్భావచింతన, దైవభక్తి, శాంతము, ప్రేమ, వినయము, ప్రసన్నత, మితత్వము, ధైర్యము, ఉల్లాసము, సౌజన్యము మొదలగు సద్గుణము లన్నియు నత్యంతావశ్యకములు.

23. మనస్సు నెల్లవిధముల స్వాధీనపఱచికొనుట శరీర స్వాస్థ్యమున కావశ్యకము. ఇంద్రియనిగ్రహ మిహపర సంపాదనమునకు ముఖ్యసాధనము. ఆరోగ్యభాగ్యమే యిహ పరసౌఖ్యముల కన్నింటికిఁ బ్రథమసాధనము.

"శా॥ఆరోగ్యంబెసమస్తమూలముతదీ•యారోగ్యమేభాగ్యమి
ట్లారోగ్యంబువినా ధరిత్రిని సుఖం•బావంతయున్ లేదు మీ
యారోగ్యం బభివృద్ధిచేయుటకునై •యత్నంబు గావింపుఁడీ!
... ..."

మానవుని స్థూలదేహమునకు లోపల సూక్ష్మదేహ మొండు కలదు. స్థూలదేహమునకుఁ గరచరణాద్యవయవ ములు ప్రధానములయినట్లు సూక్ష్మదేహమున జ్ఞానేంద్రియ ములు ముఖ్యములయి యున్నవి. మానవుని స్థూలదేహము నకు నష్టము కలిగినచో సూక్ష్మదేహము పరితపించి క్షీణించు చున్నది. సూక్ష్మదేహమునకుఁ బ్రధానేంద్రియమగు చిత్త మున కేదేని సంక్షోభము వాటిల్లినచోఁ దత్పరిణామముగ స్థూలశరీరము శుష్కించిపోవుచున్నది. ఆరోగ్యప్రకరణమునం దింతవఱకు స్థూలదేహపోషణమున కవసరములగు వస్తువులను గూర్చియే వచించియుంటిని. కాని సూక్ష్మదేహమునకుఁ బ్రధానపరికరములగు జ్ఞానేంద్రియములను గూర్చియు, చిత్తమును గుఱించియుఁ జర్చించియుండలేదు. స్థూలదేహ ముతోఁ బాటు సూక్ష్మదేహమును సమ్యగూపమునందున్నఁ గాని మనుష్యుఁడు యథార్థారోగ్యసౌఖ్యము ననుభవింపఁ జాలఁడు. 'బ్రహ్మచర్య' ప్రకరణమందు సూక్ష్మదేహారోగ్య మునకు ముఖ్యసాధనమగు నింద్రియనిగ్రహమునుగూర్చి చర్చింపఁ బడును.



మనసు ఫౌండేషన్ పుస్తకాల పరిశీలనాపట్టిక

పుస్తకం సంఖ్య	TPLA116B190
పుస్తకం పేరు	మానవజీవితము 02
తారీఖు	26/10/24
ముందు అట్ట	NO
వెనుక అట్ట	NO
మొత్తం పేజీలు	557
పెద్ద సైజు పేజీలు	NA
ఖాళీ పేజీలు	B,VIIIA,VIIID,VIII
లేని పేజీలు	1 TO 490
తయారు చేసినది	Nandini
పేజీలు విడదీసినది	Nandini
స్కాన్ చేసినది	Hema
పరీక్ష చేసినది	RAMYA
పేజీలు సరిచూసినది	
బైండింగు చేసినది	
ప్యాకింగు చేసినది	
పరిస్థితి	good